Diário de Viseu

In Memoriam Adriano Lucas (1925-2011) | **Diretor** Adriano Callé Lucas DIÁRIO N.º 7072 **14 DE AGOSTO DE 2024** QUARTA-FEIRA | **0,90 €**

Sérgio Godinho, Bárbara Tinoco, Plutónio e Miguel Araújo atuam no Mortágua Viva
Iniciativa arranca hoje | P8

Banhos desaconselhados nas águas de **Ferreirós do Dão** **Tondela | P16**

DESPISTES PROVOCAM DOIS FERIDOS GRAVES

Acidentes foram registados em Nelas e em São Pedro do Sul, onde obrigou ao corte temporário da EN16 Página 10

Santa Comba Dão espera "casa cheia"

DR

Festas arrancam hoje e o presidente da autarquia, Leonel Gouveia, acredita que serão um sucesso **Página 9**

INVASÃO DA UCRÂNIA

Kiev reivindica controlo de 74 localidades russas

 Página 13

Grupo de Tricanas de Vildemoinhos deu-se a conhecer
Na Feira de S. Mateus | P2

Viseense Tomás Oliveira lança single "Sua Alteza"
Na sexta-feira | P5

Diário de Viseu não se publica amanhã

Destaque

Grupo reavivado após décadas sem atividade
As Tricanas de Vildemoinhos surgiram em 1936, com o objetivo de representar todas as profissões englobadas na aldeia de Vildemoinhos, cessando a atividade na década de 40. Em 2018, Carla Abibe e Anabela Abreu decidem revitalizar o traje, reavivando o grupo.

"As Tricanas de Vildemoinhos" apresentam-se na Feira de São Mateus

Cultura O Grupo Etnográfico "As Tricanas de Vildemoinhos" apresentou-se no picadeiro da Feira de São Mateus e contou ao público as tradições do povo trambelo

Íris Marçal

Viseenses e visitantes pararam para assistir ao espetáculo do Grupo Etnográfico "As Tricanas de Vildemoinhos". No Picadeiro da Feira de São Mateus, dezenas se reuniram e aguardaram pacientemente que terminasse a introdução da atividade de orientação e pudessem finalmente regressar ao passado através dos trajes tradicionais das tricanas. Já em palco, o grupo apresentou a primeira moda, captando a atenção dos espetadores que receberam a atuação com uma salva de palmas.

Anabela Abreu, uma das responsáveis por reavivar o projeto, introduziu a moda seguinte, a "Moleirinha", que conta a história das moleiras da beira alta. Carla Abibe, presidente da direção do grupo, explicou em seguida um pouco da tradição do povo trambelo , chamando os restantes membros do grupo a apresentar a música "Saias". "Em Vildemoinhos toda a gente sabe que para o Dia de São João, as mães preparavam para as lindas jovens uns bordados e umas saias, para estrear nas festividades em honra do padroeiro", contou.

Algumas músicas depois, "As Tricanas de Vildemoinhos" desceram do palco e continuaram o espetáculo junto do público, incentivando os espetadores a tornarem-se participantes, de modo a recriar os dias em que o povo se encontrava para festejar. "Nós gostamos muito de dançar com o público, pois achamos que é a melhor forma de nós partilharmos este nosso sentimento", afirmou Anabela Abreu.

António Miguel, que esteve emigrado nos Estados Unidos durante 30 anos, contou ao nosso jornal que este tipo de iniciativas ajudam os que partem a manter a esperança. "Eu sei o quanto isto é bonito para os que estão lá. Os que têm oportunidade, acabam por se inserir nestas atividades mesmo longe do país, para poderem matar um pouco da saudade. Isto faz parte da cultura portuguesa e acho que é importante que o vasto público da feira veja estas apresentações", disse. Também a sua esposa, Arlete Pereira, considera que a atuação do Grupo Etnográfico é uma "boa forma de recordar as tradições e dar a conhecer aos visitantes o que Viseu tem para oferecer".

Já Raquel Almeida, comerciante na Feira de São Mateus, trouxe a perspetiva de que além da importância da iniciativa em si, foi importante ter sido realizada num dia em que a entrada é gratuita, pois permitiu que mais pessoas pudessem usufruir do espetáculo e das restantes atrações do certame. "Estes dias são importantes para a população que não pode despender do valor da entrada. Desta forma, conseguem vir com a família completa, assistir a estes eventos culturais e usufruir de outras coisas dentro da feira, como as diversões, gastronomia e artesanato", afirmou.

Originalmente, as Tricanas de Vildemoinhos surgiram em 1936. Eram um grupo que tinha como principal objetivo representar todas as profissões englobadas na aldeia de Vildemoinhos, que se juntava todos os domingos na igreja para alegrar o povo, até à década de 40, quando a atividade do grupo cessou. Em 2018, Carla Abibe e Anabela Abreu decidem reavivar o projeto, e revitalizar o traje da tricana. No ano seguinte, criaram o Grupo Etnográfico "As Tricanas de Vildemoinhos", de modo a "honrar e perpetuar as tradições beirãs". Hoje, o grupo conta com dezenas de integrantes, muitos deles jovens, que junto das responsáveis cumprem a missão de não deixar que a tradição se perca no tempo.

ÍRIS MARÇAL

Grupo representa a etnografia de moleiros, padeiras, broa e das Cavalhadas de Vildemoinhos

O Grupo Etnográfico "As Tricanas de Vildemoinhos contam com 45 elementos, mais 50 dançarinos, incluindo vários jovens até aos 18 anos que pretendem perpetuar a tradição do povo

R.A.Y.A no Dia dos Bombeiros Voluntários
O dia de hoje na Feira de São Mateus é dedicado aos Bombeiros Voluntários de Viseu. Em véspera de feriado subirão ao palco principal do certame os R.A.Y.A, prometendo um concerto muito animado.

José Carlos Almeida lança "Sempre é Tempo"

Em Setembro Os espaços da cidade, os seus locais públicos e de convívio e as suas personagens associadas, organizam a estrutura do livro

O escritor viseense José Carlos Almeida, autor dos documentários 'Viseu por Ricardo Sandro, Poeta Popular Viseense' e 'O Vouguinha - A Mais Bela Linha Férrea do País', vai estrear-se na literatura com o lançamento do livro 'Sempre é Tempo', no qual parte da crónica para desenvolver um conjunto de narrativas diversificadas apoiadas em fotografias antigas da cidade de Viseu.

Os espaços da cidade, os seus locais públicos e de convívio, as suas personagens associadas, organizam a estrutura da obra e dão um vislumbre de como seria fazer parte da geração de 1960.

"Há muito que as disciplinas da Antropologia, da Sociologia ou da História Social reconhecem a validade do uso de biografias, de modo a mostrar a constante conexão entre as estruturas e os processos mais vastos com os factos de pequena escala, com a experiência do dia-a-dia", sublinha o autor.

Obra vai ser apresentada no Museu Nacional Grão Vasco

Com este livro, José Carlos Almeida oferece-nos imagens e experiências através de tempos, espaços e ideias, dá-nos a conhecer pessoas e lugares que já não existem, numa espécie de legado privado partilhado com todos os que aceitarem o convite para a viagem.

O livro é apresentado no próximo dia 28 de setembro, pelas 16h00, no Museu Nacional Grão Vasco. A editora Cadornel pretender transformar a sessão num debate, mobilizando a sociedade local para uma troca "de ideias e inferências realizadas a partir da leitura da obra".

Voluntários da VO.U. concluem projeto com seniores do concelho

Atividade terminou no Centro Sócio-Pastoral da Diocese

INICIATIVA Quase duas dezenas de voluntários da VO.U. – Associação de Voluntariado Universitário realizaram recentemente a sexta edição do seu projeto de voluntariado em Viseu, nomeadamente, com utentes do Centro Sócio-Pastoral da Diocese de Viseu e com seniores acompanhados pelo projeto 'Manta de Afetos', da associação Lexvis, duas entidades promotoras de voluntariado pertencentes ao Banco Local de Voluntariado de Viseu, promovido pelo Município de Viseu.

No Centro Sócio-Pastoral da Diocese de Viseu assinalou-se o fim das atividades, com a apresentação de fotografias e vídeos das iniciativas desenvolvidas ao longo da semana, nomeadamente, jogos tradicionais, jogos de estimulação cognitiva, estimulação da motricidade fina, gincanas, o 'VO.U. modelar', o 'VO.U. dar um Conselho' e pinturas, entre outras.

Freguesia de São Cipriano e Vil de Souto inaugura obras

INVESTIMENTO O presidente da Câmara de Viseu, Fernando Ruas, o vice-presidente da autarquia viseense, João Paulo Gouveia, e o presidente da Junta de São Cipriano e Vil de Souto, Aurélio Lourenço, inauguraram recentemente diversos investimentos realizados naquela freguesia.

O ponto de partida foi o Largo do Cruzeiro, em Outeiro do Pinheiro. Seguiu-se a inauguração da requalificação de arruamentos em Outeiro do Pinheiro, da construção de casas de banho no Parque de Fonte Arcada e da requalificação da entrada de Chãos, junto à ponte.

Foram ainda celebrados dois protocolos de colaboração e entregues os respetivos cheques de apoio financeiro com duas instituições, mais concretamente, com a Associação de Solidariedade Social Recreativa Desportiva de Chãos e Casal Mau, destinado às obras de beneficiação do edifício-sede da associação, e outro com a Fábrica da Igreja Paroquial de São Cipriano, com o objetivo de apoiar a eletrificação e automatização dos sinos da igreja.

Autarcas inauguraram diversas obras na freguesia

Carmo'81 promove "Karma é" em setembro

INICIATIVA O Carmo'81 realiza, entre 5 e 7 de Setembro, a 6.ª edição do 'Karma é...' na Rua do Carmo, em Viseu. Durante três dias apresentará concertos, dj sets e uma criação artística, "em harmonia com o tecido comercial e cultural local", explica a organização, sublinhando que "em cada edição deste evento, o Carmo'81 sugere uma programação cultural abrangente ao qual se juntam projetos de criação".

O 'Karma é...' é um evento de música que promove a diversidade de oferta cultural e que procura unir num cartaz várias expressões artísticas e culturais.

NECROLOGIA

Funerais

VISEU

Adelino Frias, de 97 anos, antigo proprietário da empresa "Sá Chaves" e viúvo de Maria de Lurdes Vieira de Campos, faleceu. O funeral realiza-se hoje, às 16h00, com missa de corpo presente na Igreja da Misericórdia de Viseu, seguindo para o cemitério velho de Viseu. O corpo encontra-se em câmara ardente na referida igreja a partir das 10h00. Trata a Agência Funerária Decorativa Viseense.

João Silvestre Ferreira da Fonte, de 59 anos, faleceu. O funeral realiza-se hoje, às 17h30, com missa de corpo presente na Capela de São Sebastião, em Teivas, seguindo para o cemitério de São João de Lourosa. O corpo encontra-se em câmara ardente na referida capela a partir das 12h00. Trata a Agência Funerária Henrique Santos.

Joaquim Justino Correia Soares, de 87 anos, casado com Maria Joaquina de Oliveira Raro, faleceu. O funeral realiza-se hoje, às 15h00, com missa de corpo presente na Igreja Nova – Paróquia do Sagrado Coração de Jesus, seguindo para o cemitério novo de Viseu. O corpo encontra-se em câmara ardente na Igreja da Ressurreição - Paróquia do Sagrado Coração de Jesus, a partir das 10h30. Trata a Agência Funerária Decorativa Viseense.

Maria Alcília de Sequeira, de 91 anos, casada com Agostinho Marques Pinto, faleceu. O funeral realiza-se hoje, às 14h00, com missa de corpo presente na Igreja Paroquial de Cepões, seguindo para o Crematório de Viseu. O corpo encontra-se em câmara ardente na referida igreja, a partir das 11h30. Trata a Agência Funerária Decorativa Viseense.

Maria Olívia Fernandes Coelho, 80 anos, casada com Armindo Augusto Coelho, faleceu. O funeral realiza-se hoje, pelas 18h00, com as cerimónias fúnebres no salão do Crematório de Viseu. O corpo encontra-se em câmara no referido salão a partir das 10h30. Trata a Agência Funerária Decorativa Viseense.

CARREGAL DO SAL

Armando Batista Marques, de 58 anos, viúvo, faleceu. O funeral realiza-se hoje, às 18h00, com missa de corpo presente na Igreja de Beijós, seguindo para o cemitério local. Trata a Agência Funerária São Brás.

CASTRO DAIRE

Avelino da Silva Morgado, de 61 anos, faleceu. O funeral realiza-se hoje, às 17h00, com missa de corpo presente na Igreja Matriz de Mezio, seguindo para o cemitério local. O corpo encontra-se em câmara ardente na Capela de Vale Abrigoso. Trata a Agência Funerária Amadeu Andrade e Filhos.

LAMEGO

Francisco da Silva Faria, de 74 anos, faleceu. O funeral realiza-se hoje, às 17h30, com missa de corpo presente na Capela da Nossa Senhora da Conceição, em Valdigem, seguindo para o cemitério local. O corpo encontra-se em câmara ardente na referida capela. Trata a Agência Funerária Coutinho.

MANGUALDE

Manuel Santos Marques Azevedo, de 79 anos, viúvo de Maria Alice Marques Moreira Azevedo, faleceu. O funeral realiza-se hoje, pelas 11h00, com missa de corpo presente na Igreja da Nossa Senhora da Conceição no Complexo Paroquial de Mangualde, seguindo para o cemitério n.º 1 de Mangualde. O corpo encontra-se em câmara ardente na referida igreja, a partir das 9h00. Trata a Agência Funerária Nossa Senhora de Fátima.

Maria da Conceição Lopes Ribeiro Oliveira, de 86 anos, viúva de Ramiro Augusto Oliveira, faleceu. O funeral realiza-se hoje, pelas 18h00, com missa de corpo presente na Igreja Paroquial da Abadia de Espinho, seguindo para o cemitério local. O corpo encontra-se em câmara ardente na referida igreja a partir das 15h00. Trata a Agência Funerária Monteiro e Castro.

Maria Felisbela Abrantes Luís, de 58 anos, faleceu. O funeral realiza-se hoje, pelas 17h00, com missa de corpo presente na Igreja da Nossa Senhora das Neves, seguindo para o cemitério local. O corpo encontra-se em câmara ardente na Capela Mortuária de Moimenta de Maceira Dão. Trata o Grupo Funerário das Agências Pais e Ferraz & Alfredo.

NELAS

Maria Izabel dos Santos, de 87 anos, faleceu. O funeral realiza-se hoje, às 16h00, com missa de corpo presente na Igreja Paroquial de Nelas, seguindo para o cemitério local. O corpo encontra-se em câmara ardente na Capela Mortuária de Nelas a partir das 10h00. Trata a Agência Funerária Zélita,

OLIVEIRA DE FRADES

Maria do Carmo da Silva Pires Figueiredo, de 94 anos, viúva de Ermindo da Silva Figueiredo, faleceu. O funeral realiza-se hoje, às 11h00, com missa de corpo presente na Igreja Paroquial de Pinheiro de Lafões, seguindo para o cemitério local. O corpo encontra-se em câmara ardente na referida igreja a partir das 9h30. Trata a Agência Funerária Figueiredo.

SÃO JOÃO DA PESQUEIRA

Manuel António Felisberto, de 72 anos, faleceu. O funeral realiza-se hoje, às 16h30, com missa de corpo presente na Igreja Paroquial de Soutelo do Douro, seguindo para o cemitério local. O corpo encontra-se em câmara ardente na Capela Mortuária de Soutelo do Douro. Trata o Grupo Lutuosa Gomes.

SÃO PEDRO DO SUL

Maria Augusta Fernandes Vinhas, de 91 anos, casada com José Carlos de Lima, faleceu. O funeral realiza-se hoje, às 15h00, com missa de corpo presente na Igreja do Convento, seguindo para o cemitério da Cidade de São Pedro do Sul. O corpo encontra-se em câmara ardente na referida igreja. Trata a Agência Funerária de São Pedro do Sul.

SÁTÃO

António de Jesus Serafim, de 63 anos, solteiro, faleceu. O funeral realiza-se hoje, às 18h00, com missa de corpo presente na Capela de Aldeia Nova, seguindo para o cemitério de Castelo. O corpo encontra-se em câmara ardente na referida capela a partir das 8h00. Trata a Agência Funerária A. Gomes.

TABUAÇO

Albertino Pinto, de 88 anos, faleceu. O funeral realiza-se hoje, às 17h30, com missa de corpo presente na Igreja de Longa, seguindo para o cemitério local. O corpo encontra-se em câmara ardente na referida igreja. Trata a Agência Funerária Trindade.

TONDELA

Maria José Rodrigues Alves, de 91 anos, faleceu. O funeral realiza-se hoje, às 17h00, com missa de corpo presente na Capela de Nossa Senhora da Esperança, seguindo para o cemitério local. O corpo encontra-se em câmara ardente na referida capela, a partir das 13h00. Trata a Agência Funerária do Caramulo.

Palmira do Nascimento Horta, de 86 anos, viúva de José Fernandes de Matos, faleceu. O funeral realizou-se ontem, do Salão do Reino das Testemunhas de Jeová para o cemitério de Castelões. Tratou a Agência Funerária Vale de Besteiros.

VOUZELA

António Henriques da Costa, de 62 anos, faleceu. O funeral realiza-se hoje, pelas 17h00, com missa de corpo presente na Igreja Paroquial de Cambra, seguindo para o cemitério local. O corpo encontra-se em câmara ardente na referida igreja a partir das 15h00. Trata a Agência Funerária Figueiredo.

AGUIAR DA BEIRA

Joaquim Ferreira Tavares, de 92 anos, faleceu. O funeral realiza-se hoje, às 10h00, com missa de corpo presente na Capela de Colherinhas, seguindo para o cemitério de Dornelas. O corpo encontra-se em câmara ardente na referida capela. Trata a Agência Funerária Quinteiro.

"Sua Alteza" é o nome do novo single lançado por Tomás Oliveira

Tomás Oliveira lança esta sexta-feira o novo single

MÚSICA Tomás Oliveira, músico e produtor viseense, lança na próxima sexta-feira o single 'Sua Alteza'. Durante os últimos anos, tem vindo a desenvolver o seu projeto musical em nome próprio, através de originais, sendo responsável pelas letras, pela música, pela gravação de todos os instrumentos, pela produção e pela mistura, e de concertos com a sua banda ao vivo, que batizou de 'Os Última da Hora'.

2023 foi marcado por muitos palcos pisados em concerto, como foi o caso da Feira de São Mateus, e pelo lançamento independente do seu primeiro álbum de estúdio, 'Lamiré', composto por 10 faixas originais, cujos singles acumularam mais de oito mil streams nas plataformas digitais, com presença em várias playlists editoriais.

Este ano "tem sido um ano focado em música ao vivo e em levar o projeto a mais palcos, deixando o álbum 'respirar' e voltando apenas agora, quase um ano depois, com música nova", explica o artista, revelando que esta sexta-feira marca o regresso ao lançamento de originais, com a estreia do single 'Sua Alteza'.

"A letra da 'Sua Alteza' aborda um tema comum na atualidade - as relações tóxicas - mas conta a sua história de uma forma desdramatizada (e até um pouco cínica) na primeira pessoa. Ficamos a conhecer a perspetiva de alguém que sabe que está numa relação tóxica, mas que, bem lá no fundo, até gosta de estar. Musicalmente, é a minha aposta para este verão, com uma sonoridade descontraída e uma bassline contagiosa, que junta a minha instrumentação habitual a uma secção rítmica que foge ao comum, com inspiração em estilos como o pop e até reggaeton", explica Tomás Oliveira, referindo que "toda a equipa

> **"Agregado à época do ano em que estamos, cria-se um conjunto de fatores ideais para a 'Sua Alteza' ver a luz do dia"**

está muito positiva acerca deste lançamento, não só devido ao período de um ano sem mostrar música nova, mas também relativamente à sonoridade um pouco mais comercial do single - o que pode fazer este projeto atingir outro patamar". "Agregado à época do ano em que estamos, cria-se um conjunto de fatores ideais para a 'Sua Alteza' ver a luz do dia", finaliza.

O single será lançado juntamente com um videoclipe animado, criado de raiz por Tiago Fernandes, um "amigo de longa data" com formação e um grande portfólio na área da animação.

tome nota

HOJE

JANTAR COMEMORATIVO

➲Vildemoinhos
➲20h30
O jantar de aniversário do Lusitano volta a realizar-se no adro da igreja. O clube 'trambelo' assinala este ano o seu 108.º aniversário.

CONCERTO DE R.A.Y.A.

➲Campo de Viriato
➲22h00
Já a meio da semana, há noite de flamenco na Feira de São Mateus. A banda espanhola R.A.Y.A. leva referências sevilhanas ao palco da guardiã das feiras populares, com músicas como "Felices los 4", "La plata" e "El origen de la Navidad". O bilhete é de cinco euros.

CONCERTO DE XÔ TORRES

➲Lugar do Capitão
➲22h00
No Lugar do Capitão, a noite é de animação, com o concerto de Xô Torres.

SUMMER 2024

➲The Day After
➲23h30
Após três fins de semana de animação, o The Day After volta a ter programação, com destaque para a presença do grupo Supa Squad que, a par com o espanhol Gainza e Verylight levarão a mítica discoteca ao rubro. Nas restantes áreas da discoteca, o After Beat contará com a música do dj Peter Sky.

AMANHÃ

ATIVIDADES PARA OS MAIS NOVOS

➲Campo de Viriato
➲18h00
O espaço FNAC recebe a magia da série infantil "A Casa de Bonecas da Gabby". Na atividade, as crianças poderão não só conhecer a mascote da série,como tirar fotografias e participar em atividades lúdicas com Legos.

MISS CINDY

➲Campo de Viriato
➲19h00
Miss Cindy e o Parque Mágico é o nome do espetáculo que sobe ao palco principal da Feira de São Mateus. Trata-se de uma proposta para os mais novos e que conta com entrada gratuita.

PRÓXIMOS DIAS

TORNEIO DE GAMING

➲Campo de Viriato
➲Sexta-feira, 14h00
Na Praça Viriato realiza-se a 3.ª edição do Torneio de Gaming da Feira de São Mateus.

APRESENTAÇÃO DE 'VENCEDORES VENCIDOS'

➲Ribafeita
➲Sexta-feira, 19h00
Durante três dias, a companhia de teatro Cem Palcos apresenta o espetáculo "Vencedores Vencidos", do projeto "Diálogo", na Igreja Matriz de Ribafeita, seguindo para o Largo de Santo António, em Póvoa de Calde, e para a Rua 25 de Abril, em Santos Evos.

CONCERTO DE DIOGO PIÇARRA

➲Campo de Viriato
➲Sexta-feira, 22h00
À sexta-feira a "Saída de Emergência" é para o recinto da Feira de São Mateus. Diogo Piçarra atua, mais uma vez, em Viseu, e apresentará temas bem conhecidos, tais como "Amor de Ferro", "Monarquia" e "A Dónde Vas". O bilhete é de cinco euros.

CONCERTO DE DILLAZ

➲Campo de Viriato
➲Sábado, 22h00
A Feira de São Mateus diz "Alô" ao rapper Dillaz. O novo álbum do artista português, que conta com temas como "Nota 100", "Alô" e "Cantona", vai estar em destaque no concerto. A entrada é de cinco euros.

Opinião

Evocando a Semana Mundial do Aleitamento Materno

Carolina Sousa
Enfermeira e Estudante do Mestrado em Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica da ESSV
Luís Condeço
Professor da ESSV

Desde o primeiro momento da gravidez surgem inevitavelmente muitos sentimentos, entre os quais dúvidas e receios sobre esta nova etapa da vida da mulher e do casal. As questões relacionadas com a amamentação surgem de forma instantânea, essencialmente pelo seu papel no crescimento e desenvolvimento da criança recém-nascida.

Estudos sobre os benefícios do leite materno são constantemente referenciados, na promoção deste ato tão nobre e vinculador, como é o de amamentar um novo ser.

É com o objetivo de encorajar esta prática e fomentar a saúde de bebés por todo o mundo, que mais de 170 países comemoram, anualmente, entre 1 e 7 de agosto, a Semana Mundial do Aleitamento Materno.

O aleitamento materno além de um extraordinário suporte nutricional, fundamental para o normal crescimento e desenvolvimento do bebé, permite estabelecer uma conexão única entre a mãe e filho/a. Durante a amamentação, mãe e bebé partilham um momento de intimidade física e emocional. Este contato fortalece o vínculo entre ambos, promovendo uma sensação de segurança e conforto para a criança, e além disso, tem o poder de estimular a libertação de hormonas (ocitocina e prolactina) ligadas ao vínculo afetivo e ao bem-estar tanto da mãe quanto do/a bebé.

Ao invés, uma mãe que por qualquer razão fisiológica ou por opção decida não amamentar, não significa que a relação e o vínculo mãe-filho, não se estabeleça. É importante reforçar que a dificuldade sentida no ato de amamentar, não diminui a mulher no seu papel de mãe. Muitas vezes, o insucesso na amamentação pode resultar da falta de informação, da baixa literacia, do fraco apoio familiar, da instabilidade emocional, das lesões corporais (feridas e gretas nos mamilos), das infeções (mastites), entre muitos outros fatores e podem facilitar o aparecimento de sentimentos de culpabilização, incompetência ou frustração. A maternidade reveste-se de especial particularidade, sendo por isso um período da vida da mulher e da família bastante desafiador pela necessária adaptação física, social e familiar.

Os profissionais de saúde desempenham um papel fulcral, enquanto veículos de informação (esclarecimento de dúvidas e mitos pré-concebidos) e suporte emocional para que esta adaptação a uma nova realidade decorra como desejado e idealizado. Muitas vezes, as espectativas criadas pelas mães e famílias, acabam por exercer uma pressão sobre a mulher que amamenta afetando negativamente o seu estado emocional. A "bola de neve" que se vai criando em torno dos sentimentos de frustração, tristeza e sensação de incompetência é inibidora do processo de aleitamento materno.

Na maioria dos casos, os obstáculos que se colocam à amamentação são facilmente derrubados com o acompanhamento de profissionais de saúde, como é o caso da preparação para o parto e parentalidade, onde o foco visa promover e apoiar a amamentação e ajudar na resolução de desafios que possam surgir.

Não poderíamos terminar, sem deixar umas palavras de amor, carinho e compaixão. Este período da vida do casal é efémero, rapidamente as crianças vão crescer, desenvolver-se e deixar a casa dos pais. É fundamental aproveitar cada momento, cada sorriso, cada choro que serão preservados em cada memória.

Investir na criança de hoje é investir na humanidade de amanhã!

> **Na maioria dos casos, os obstáculos que se colocam à amamentação são facilmente derrubados com o acompanhamento de profissionais de saúde**

DECO informa sobre os direitos dos passageiros

DECO
Centro

A pensar em si, a DECO preparou um guia completo sobre os direitos dos passageiros aéreos, desejando-lhe viagens mais tranquilas e umas excelentes férias.

Para chegar ao seu destino, pode ser necessário fazer uma viagem de avião. No entanto, e como já vem sendo habitual no período de Verão, a DECO tem conhecimento de muitas situações de atraso e cancelamento de voos. Damos-lhe a conhecer os seus direitos como passageiro dos transportes aéreos, para que possa antecipar contratempos e assim ter uma boa viagem! Consulte o nosso "Guia Para Um Voo Tranquilo" em www.deco.pt.

Como posso antecipar eventuais cancelamentos de voo?

Verifique o horário do voo no dia anterior ao embarque, devido a circunstâncias diversas, o voo pode sofrer alterações. Desta forma, poderá planear melhor o seu dia para garantir que chega ao aeroporto no horário certo.

Esteja também especialmente atento às notícias e verifique no site da transportadora aérea e do aeroporto, assim como eventuais disrupções no seu regular funcionamento.

Cheguei ao aeroporto. E agora?

O aeroporto é um espaço grande, com muitos passageiros a circular e outros tantos milhares de funcionários essenciais ao seu regular funcionamento, pelo que é fácil perdermo-nos. Por isso, para que não perca o voo, cumpra sempre com a antecedência indicada pela transportadora e pelo próprio aeroporto.

Precisará deste tempo para fazer o check-in, despachar as malas, passar o controlo de segurança, e eventualmente, o Serviço de Controlo de Fronteira e, por fim, encontrar a porta de embarque correta – e ainda ter uma margem de segurança para algum imprevisto.

Dica DECO! Não se esqueça que se viajar num grupo grande, com crianças pequenas, com pessoas com mobilidade reduzida, numa época festiva ou época alta deverá equacionar chegar ainda mais cedo.

Se leva o seu amigo de quatro patas, lembre-se que o check-in de passageiros com animais pode demorar mais tempo, pelo que sugerimos que se informe junto da companhia aérea sobre com que antecedência deve estar no aeroporto e quais os procedimentos que tem de cumprir.

Para mais dicas e informação, consulte o nosso Guia Para Um Voo Tranquilo em www.deco.pt. Se os seus direitos não estão a ser respeitados? Contacte a DECO!

Conte com o nosso apoio através do número de telefone 239 841 004, ou do endereço eletrónico deco.centro@deco.pt. Siga-nos nas redes sociais Facebook, Twitter, Instagram, Linkedin, Youtube e no nosso site DECO.

Diário de Viseu FICHA TÉCNICA

ANO 26.º - N.º 7072
Nº de registo na E.R.C.: 107663

IN MEMORIAM
Adriano Mário da Cunha Lucas (1925-2011)
Fundador da primeira publicação diária em Viseu - Diário Regional de Viseu - que antecedeu o atual Diário de Viseu

DIRETOR **Adriano Callé Lucas**
DIRETORA GERAL
Teresa Veríssimo

DIRETORES - ADJUNTOS
Miguel Callé Lucas
Daniela Homem Pinto e Eduarda Macário (diretora-adjunta executiva responsável por esta edição)

Redação: Rua Alexandre Herculano, 198-2º dt
3510-033 VISEU

Telefone **232000031 * (Redação)**
Comerciais - 232000030 *
URL: **www.diariodeviseu.pt**
Email: **diarioviseu@diariodeviseu.pt**

DELEGAÇÕES

AVEIRO: Av.ª Dr. Lourenço Peixinho, 15-1º G - 3800-164 AVEIRO
Tels. **234000030 ***.

COIMBRA: Rua Adriano Lucas - 3020-430 COIMBRA
Tel. **239499900 *** (Pub) **239499999 ***

CANTANHEDE: Pç. Marquês de Marialva, 2 - 1º, Sala L
Tels. **231428828 ***

LEIRIA: Rua Anzebino da Cruz Saraiva, 318, 1º G, 2415-371 LEIRIA.
Telefs.: Geral/Redação - **244000031 ***

LISBOA: Rua Vieira da Silva, nº 45
1350-342 LISBOA.

Propriedade de "Adriano Lucas, Lda."
NIPC: 501340025
Capital Social: 9.975,95 euros
Rua Adriano Lucas ,161 - 3020 - 430 Coimbra

Editor e concessionário da exploração:
Diário de Viseu, Ld.ª
Rua Alexandre Herculano, 198, 2º dt. - 3510-033 VISEU.

Capital social de 5.000,00 euros matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Viseu e NIF 504285254

Produção: PRODIMPRENSA
Composto e impresso na:

FIG - Indústrias Gráficas, S. A.
R. Adriano Lucas, nº 161.
3020-430 Coimbra
Telefs: **239499922 * / 239 499 935 ***

Distribuição:
VASP – CTT – VASP PREMIUM

Incentivo à Leitura.
Decreto Lei n.º 98/2007, alterado
pelo Decreto Lei nº. 22/2015
Eduarda Macário
(C.P. n.º 670 A),
Daniela Homem Pinto
(C.P. n.º 5936),
José Fonseca
(C.P. n.º 6924).
Estatuto editorial
em www.diarioviseu.pt
Tiragem média - 5.000
Depósito Legal n.º 394726/15

Gerentes:
Adriano Callé da Cunha Lucas
Miguel Callé da Cunha Lucas
Bernardo Beirão de Sousa Menezes e João Pedro Quintela de Saldanha
Participações no capital superiores a 5%:
Adriano Callé Lucas, Limitada - 7.000,00 euros;
Adriano Callé da Cunha Lucas: 2.000 euros
Adriano Soares de Oliveira Callé Lucas: 975,95 euros

Centenas de participantes no Folk Cinfães
O Largo da Fonte dos Amores recebeu centenas de pessoas para a gala de encerramento do Folk Cinfães. Durante uma semana, o concelho acolheu grupos de dança do Brasil, Canadá, Chile, Egito, Grécia, índia, México e ainda de Portugal.

Festas da Senhora da Ribeira animam Parada hoje e amanhã

Carregal do Sal Festejos são antigos e servem de palco para uma homenagem aos emigrantes que regressam nesta altura

D.R.

A pequena capela de Nossa Senhora da Ribeira data de finais do século XVIII

São dois dias de festa para quem está e para quem chega à pequena freguesia de Parada. São as Festas da Senhora da Ribeira, organizadas pelo Grupo de Amigos e Trabalhos Senhora da Ribeira -Parada que começam hoje às 21h30, com um baile com Grupo Paulo Resende e pela uma da manhã a festa faz-se com o DJ Samir. Para animar a festa, o bar é permanentee haverá caldo verde e bifanas.

Amanhã, feriado nacional, as crianças não foram esquecidas e terão insufláveis e pinturas para se divertirem. Às 16h00, terá início a procissão em homenagem a Nossa Senhora da Ribeira, seguindo-se um leilão de oferendas. Pelas 18h00, é a vez do Rancho Folclórico as Lavadeiras do Mondego (de Póvoa dos Mosqueiros) subir ao palco. Apenas a procissão é feita no lugar da capela junto ao rio e as festas decorrem na aldeia.

Ao Diário de Viseu, José Costa, um homem dedicado à freguesia e a tudo o que contribui para o seu crescimento, explicou que estas festas já são muito antigas e têm como objetivo honrar a Senhora da Ribeira, mas também acolher os muitos emigrantes que nesta altura regressam a casa para matar saudades da família e dos amigos.

Estas festas são muito importantes também para a população da freguesia que tem como padroeiro o São Miguel, a quem é dedicada a igreja matriz. José Costa recordou que a lenda da Senhora da Ribeira já é muito antiga e reza a história que a atual capela já é a terceira que é feita em honra da santa.

Diz a lenda que junto à margem direita do rio Mondego, em terras pertencentes à freguesia de Parada, havia um penedo onde se dizia ter aparecido a Senhora da Ribeira, lugar onde terá sido construída a primeira capela. Situada numa pequena plataforma, junto à margem direita do rio Mondego, voltada a oeste, a capela da Nossa Senhora da Ribeira é um edifício baixo, de planta retangular, com paredes grossas reforçadas por cunhais e esquinas pétreas.

O edifício datará dos finais do século XVIII e terá sido desativado na década de setenta do passado século, aquando da finalização da construção das obras da Barragem da Aguieira, cujas águas invernais, a partir daquela data, periodicamente a emergem.

Em sua substituição foi construída uma réplica da capela, a cerca de 200 metros em linha reta para norte da margem daquele rio.

HOJE

FESTAS DE SANTA COMBA DÃO

➲ Santa Comba Dão
➲ Hoje, 19h00

Entre 14 e 18 de agosto, o Largo do Município de Santa Comba Dão recebe as Festas da Cidade. Hoje sobem ao palco, no largo do município, Cláudia Martins & Minhotos Marotos e os Corda Partidas

WORKSHOP

➲ Sernancelhe
➲ Hoje, 14h30

A cozinha do Espaço da Castanha de Sernancelhe recebe o workshop "Aprenda a fazer o pastel de castanha". O objetivo é partilhar os segredos da iguaria típica da região.

JORNADAS DA JUVENTUDE

➲ Castro Daire
➲ Hoje, 16h00

No âmbito das IV Jorgadas da Juventude de Castro Daire destaca-se para hoje, a realização de um open day piscina exterior das Termas do Carvalhal com entrada gratuita. Pelas 16h00, tem início o pool party nas piscinas das Termas do Carvalhal com os dj Bebuxo, The Boss, Verylight.

INAUGURAÇÃO EM PINHEIRO

➲ Oliveira de Frades
➲ Hoje, 19h00

É inaugurada a requalificação do largo da Soalheira, em Pinheiro, no concelho de Oliveira de Frades. Com este investimento, a autarquia pretende dar apoio à realização dos eventos culturais para a comunidade.

MORTÁGUA VIVA

➲ Mortágua
➲ Hoje 19h00

Bárbara Tinoco, Sérgio Godinho, Plutónio e Miguel Araújo são os cabeças de cartaz confirmados para o Mortágua Viva deste ano, que decorre de 14 a 18 deste mês. Do programa destaca-se para este dia, a hora do conto, às 17h00, às 19h00, a cerimónia de abertura do evento, seguindo-se às 21h00, artes circenses. Às 22h0,, sobe ao palco Sérgio Godinho com a Filarmónica de Mortágua. Depois da meia noite é a vez do dj Pavão animar os presentes.

AMANHÃ

FESTA DA JUVENTUDE

➲ Nelas
➲ Quinta-feira, 9h00

Em dia de feriado, o Parque de São Miguel recebe a primeira edição do Dia da Juventude. A iniciativa, organizada pela Associação INteriorize-te, em parceria com o Município de Nelas, visa proporcionar um dia de entretenimento. O programa conta com arruadas, torneios, workshops, concertos e espetáculos. O evento é aberto a toda a comunidade.

CAMINHADA PELA CORTIÇADA

➲ Aguiar da Beira
➲ Quinta-feira, 9h00

O Município de Aguiar da Beira, em parceria com as freguesias do concelho, pretende incentivar as pessoas a praticar desporto, conviver, partilhar momentos e experiências através do projeto Caminhadas na Natureza. a próxima leva os convidados pela freguesia da Cortiçada, com o ponto de encontro às 09h00, no pavilhão das festas.

PRÓXIMOS DIAS

NOITE DE FADO

➲ Sernancelhe
➲ Sexta-feira, 21h00

Os Claustros do Colégio do Santuário da Lapa recebem uma Noite de Fado. O espetáculo vai estar a cargo da fadista Dina Pinto, acompanhada por Tiago Santos, na guitarra portuguesa, e Xico Mendes, na viola fado. A entrada é livre. A iniciativa é organizada pelo Município de Sernancelhe.

FESTAS DE SÃO BERNARDO

➲ Sátão
➲ Sexta-feira, 21h30

As Festas de São Bernardo abrem portas com o Festival de Folclore e Música Popular. Até 20 de agosto, as festas, organizadas pelo Município de Sátão e a Associação dos Bombeiros Voluntários de Sátão, prometem muita animação. Para este dia destaca-se o Festival de Folclore e Música Popular, e à meia-noite é a vez do off Music.

FESTAS DA ALDEIA EM PARADA

➲ Carregal do Sal
➲ Sexta-feira, 22h30

As Festas da Aldeia de Parada começam às 22h00 com a atuação do Grupo Os-De-Cá. Segue-se a atuação de Pavão.

FESTIVAL AMBIENTAL

➲ São Pedro do Sul
➲ Sábado, 9h00

Durante o fim de semana, a associação Fragas Aveloso organiza o IX Festival Fragas Aveloso. A iniciativa conta com experiências musicais, ações de sensibilização, contacto com a natureza e cinema na aldeia.

MARCHA NOTURNA

➲ Vouzela
➲ Sábado, 18h00

A Câmara de Vouzela promove mais uma edição da iniciativa 'Marcha Noturna'. O percurso é circular, com cerca de 9,5 quilómetros, e tem início na Lapa da Meruje, seguindo para o Alto da Abelheira, com direito à observação do pôr-do-sol e degustação de produtos regionais. Na Lapa da Meruje, há uma atividade de observação astronómica. As inscrições têm um custo de 12 euros para adultos, seis euros para jovens, dos 12 aos 16 anos, e gratuitas para crianças até aos 12 anos. Os interessados podem inscrever-se no Posto de Turismo de Vouzela ou pelo 232 740 070.

REGIÃO DAS BEIRAS

Sérgio Godinho, Bárbara Tinoco e Plutónio nas Festas de Mortágua

Mortágua Viva Tasquinhas, folclore e concertos de artistas nacionais e locais fazem parte do programa das festas, que decorrem de 14 a 18 de agosto

Chega o mês de agosto, chega também o Mortágua Viva. A promessa é a de quatro dias de animação, convívio e de reencontro com aqueles que regressam à terra. Hoje, arrancam as Festas do Concelho de Mortágua com nomes como Sérgio Godinho, Plutónio, Bárbara Tinoco e Miguel Araújo, além de grupos folclóricos para um dia de festival.

O evento, promovido pela Câmara Municipal de Mortágua, prolonga-se até domingo e promete "dias intensos e vibrantes de vida, alegria e animação, de convívio e partilha de momentos inesquecíveis que enchem a alma", sobretudo com o regresso "dos mortaguenses que estão radicados no estrangeiro e noutros ponto do país".

"Há toda uma comunidade em festa, uma Mortágua viva, enérgica, vibrante, que celebra a sua identidade, o seu sentir coletivo, a sua união, e a sua arte de bem receber o visitante", destaca o município.

A abertura oficial das festas do Mortágua Viva está agendada para hoje, às 19h00, com a presença de entidades municipais e convidados, seguindo-se o "Concerto da Liberdade" com Sérgio Godinho, no âmbito das comemorações dos 50 anos do 25 de Abril. O cantor vai estar acompanhado pela Filarmónica de Mortágua. O programa conta ainda com as atuações de Plutónio (dia 15), um dos fenómenos da atualidade do hip hop nacional, de Bárbara Tinoco (dia 16), e de Miguel Araújo, no sábado.

Antes dos concertos de artistas nacionais, sobem ao palco bandas locais com Deadwaters, no dia 15, e Cordas Partidas, no dia 16. No sábado realiza-se ainda a Gala Internacional de Folclore, organizada pelo Rancho Folclórico e Etnográfico de Vale de Açores, com a presença de vários grupos. No final dos concertos a música continua na Praça dos Sentidos com DJs locais.

A acompanhar a animação, todos os dias, a partir das 20h00, o espaço das tasquinhas vai estar aberto que conta com a participação de 30 associações. "São ponto de encontro para jantares com familiares e amigos e momentos de conversa e confraternização à mesa", sublinha o município.

Na mostra de gastronomia tradicional e regional, há uma tasquinha dedicada aos "Sabores do Mundo", onde as comunidades imigrantes residentes em Mortágua vão trazer os sabores do Brasil, Índia e Angola. "Esta participação visa promover a integração plena dos imigrantes na comunidade local, e ao mesmo tempo divulgar e partilhar a sua cultura, costumes e tradições", explica.

Segundo a autarquia de Mortágua, a Comuna de Wormeldange, Luxemburgo, no âmbito da geminação com o Município de Mortágua, também vai marcar presença nas festas com a apresentação da sua gastronomia e vinhos da região do Mosele. Este ano a representação será assegurada por colaboradores da autarquia luxemburguesa.

Já o Espaço Vida, dedicado a atividades artísticas e culturais para toda a família, vai contar com concertos a partir das 16h00.Káustica, Morgad, Masena, Crassh_ Recycled e Lunch Club, estão entre os artistas e grupos que vão atuar no Palco Vida, que também funciona como uma mostra dos jovens talentos locais.

A animação do Espaço Vida inclui ainda artes circenses, horas do conto, insufláveis, pinturas faciais, entre outras diversões. Haverá também animação das ruas comerciais e da área das tasquinhas.

O desporto integra também o programa das festas, com a realização do 22.º Grande Prémio de Ciclismo de Mortágua, com Pedro Silva, no dia 15, e o Torneio de Futebol de 7 do Sporting de Vale de Açores.

Sérgio Godinho sobe ao palco acompanhado pela Filarmónica de Mortágua

Programa Mortágua Viva

Quarta-feira
15h00 – Artes circenses: itinerância ruas da vila e comércio local
16h00 – Insufláveis e animação infantil
17h00 – Hora do conto 'O Lobo queria mudar de cor'
19h00 – Cerimónia de abertura
20h00 – Artes circenses: itinerância na Praça dos Sentidos
22h00 – Sérgio Godinho com a Filarmónica de Mortágua
00h30 – DJ Pavão

Quinta-feira
12h00 – Grande Prémio de Ciclismo de Mortágua com Pedro Silva
17h00 – Hora do conto 'Contos do Mato e da Floresta'
18h00 – Káustica: itinerância na Praça dos Sentidos
19h00 – Morgad no Espaço Vida
21h30 – DeadWaters
23h00 – Plutónio
00h30 – DJ Tiago Silva

Sexta-feira
15h00 – Filarmónica de Mortágua: itinerância nas ruas da vila e comércio
16h00 – Insufláveis e animação infantil
17h00 – Hora do conto: 'O Gato das Botas'
19h00 – Lunch Club e música ao vivo no espaço vida
21h30 – Cordas Partidas
23h00 – Bárbara Tinoco
00h30 – DJ Stravaganza

Sábado
15h00 – Crassh_Recycled: itinerância nas ruas da vila e comércio local
16h00 – Insufláveis e animação infantil
17h00 – Hora do Conto: "O Nabo Gigante"
18h00 – Crassh_Recycled: itinerância na Praça dos Sentidos
19h00 – Masena no Espaço Vida
21h00 – Gala Internacional de Folclore
23h00 – Miguel Araújo
00h30 – DJ Kimitra

Domingo
14h00 às 18h00 – Espaço Vida

‘São umas festas de encontros de familiares e convívios entre amigos’

Santa Comba Dão Até dia 18, o Largo do Município recebe as Festas da Cidade, com um programa que conta com vários concertos, 15 tasquinhas e ainda uma mostra gastronómica

FOTOS MUNICÍPIO DE SANTA COMBA DÃO

Festas do concelho esperam receber milhares de visitantes de todos os pontos do país

Filipa Jesus

“Esperamos que em alguns dias das festas ultrapassemos as duas ou três mil pessoas”. O desejo saiu a Leonel Gouveia, presidente da Câmara Municipal de Santa Comba Dão, em resposta à típica questão sobre as expectativas para as festas do concelho deste ano. Falamos de “um cartaz apelativo”, capaz de ter “casa cheia” pela mão das atuações de Cláudia Martins & Minhotos Marotos, Hybrid Theory, D.A.M.A. e Bárbara Bandeira.

Se à animação se junta a boa gastronomia, o convite torna-se mesmo irrecusável. Pelo menos é que o “temos notado ao longo dos últimos anos”. E, por isso, estando “muitos emigrantes em Santa Comba Dão, normalmente emigrantes que vieram do estrangeiro, mas também emigrantes que estão espalhados por todo o país”, a festa só pode ser de uma única forma: “sempre casa cheia”, num “grande encontro de santacombadenses”.

No Largo do Município, vão contar-se 15 tasquinhas de comidas e bebidas e cerca de dez espaços dedicados à venda de artesanato, entre outras atividades. Para o presidente do município, a vertente económica também é uma prioridade até porque, a seu ver, “as tasquinhas que estão a ser exploradas por associações locais vão ter receitas que lhes vão permitir ter financiamento para as suas atividades”. Exemplo disso é o Grupo Desportivo Santacombadense e O Pinguinzinho, “que ficam sempre muito felizes pelas receitas que obtêm destas festas, assim como outras associações aqui do nosso concelho”.

E, na verdade, tudo é um ciclo. Quem chega às Festas de Santa Comba Dão, também compra no comércio local que rodeia o recinto. Mas, também prova “a bela gastronomia” dos restaurantes do concelho. “São festas muito importantes a esse nível”, além de que “os nossos emigrantes, as pessoas que estão cá durante o ano e os santacombadenses que estão espalhados pelo país vêm aproveitar também para estar com a família e confraternizar”. Momentos que, segundo Leonel Gouveia, também passam “por consumir tudo o que são produtos locais”.

> **“Esperamos que seja, mais uma vez, um grande encontro de santacombadenses e também daqueles que nos querem visitar”**

Terá sido uma conversa que antecipa “umas festas de encontros de familiares e convívios entre amigos, que fazem desta festa o seu local de convívio e de confraternização”, mas que, certamente, “será para recordar”.

Presidente destaca um cartaz apelativo e presença de associações locais

Mostra de atividades e várias áreas de lazer

Além dos concertos, a agenda das Festas de Santa Comba Dão inclui ainda várias áreas de lazer, “onde as mesas se enchem de comida e conversa, espaços de atividades lúdicas para os mais novos e a Comba Expo, uma mostra de atividades económicas e sociais”.

Os bilhetes para as festas já estão à venda na 2ticket e no Posto de Turismo de Santa Comba Dão. Os bilhetes diários, entre 14 e 17 de agosto, rondam os cinco euros, sendo que o último dia, 18 de agosto, é de entrada livre. O bilhete geral, que inclui entrada em todos os dias, tem um custo de 15 euros.

A inauguração do recinto acontece no primeiro dia do certame, às 19h00, junto ao Largo do Município.

As Festas de Santa Comba Dão são organizadas pela Comissão Executiva das Festas de Santa Comba Dão, com o apoio da autarquia.

Programa das festas

Quarta-feira (14 de agosto)
19h00 – Abertura oficial
22h30 – Cordas Partidas
00h15 – Cláudia Martins & Minhotos Marotos

Quinta-feira (15 de agosto)
22h30 – Hybrid Theory - The Linkin Park Tribute Show
00h20 – DJs de Vacaciones

Sexta-feira (16 de agosto)
22h30 – CãoQueLadra
00h15 – Bárbara Bandeira

Sábado (17 de agosto)
22h30 – WoodPlan
00h25 – D.A.M.A.

Domingo (18 de agosto)
22h00 – The Jokers
23h45 – DJ Kimono

Todos os dias – Mercado

Detido por roubar metais não preciosos

D.R.

NELAS Dois homens, de 28 e 39 anos, foram constituídos arguidos por furto de metais não preciosos, no concelho de Nelas, anunciou ontem a GNR de Viseu.

A detenção, feita através do Posto Territorial de Nelas, aconteceu na sequência de uma denúncia de furto de cabos de telecomunicações na linha da Beira Alta, tendo os militares da Guarda conseguido localizar os suspeitos. No local, "foi possível verificar os suspeitos a queimar tubos de plástico, que continham alumínio no seu interior", refere a GNR, em comunicado, adiantando que os suspeitos ainda tentaram fugir.

Na operação, foram apreendidos cerca de 150 quilos de alumínio, cerca de 30 quilos de cobre e cerca de 200 metros de tubo descarnado. De acordo com a Guarda, o material apreendido foi devolvido ao legítimo proprietário.

Os suspeitos foram constituídos arguidos e os factos foram comunicados ao Tribunal Judicial de Nelas.

São João do Monte já tem Espaço do Cidadão

Tondela No espaço, que funciona no edifício da Casa Paroquial, os cidadãos podem tratar de diversos serviços públicos

A vila de São João do Monte tem, desde o início desta semana, um Espaço do Cidadão. O serviço foi inaugurado pela presidente da Câmara Municipal de Tondela, Carla Antunes Borges, e pelo presidente da União de Freguesias de São João do Monte e Mosteirinho, Paulo Dinis.

Na cerimónia participaram ainda os vereadores do município, João Carlos Figueiredo e Francisco Fonseca.

O posto de atendimento aos cidadãos daquela que é uma das freguesias mais distantes da sede do concelho foi instalado no edifício da Casa Paroquial, onde antes funcionava a Extensão de Saúde e no mesmo local que acolhe o Balcão SNS24. O serviço está aberto de segunda-feira a sexta-feira, das 9h00 às 17h00, com pausa para o almoço.

"O Espaço do Cidadão oferece um serviço de proximidade à população, com um atendimento rápido e eficiente, permitindo aos cidadãos em geral o acesso a vários serviços públicos", destaca a autarquia de Tondela.

No local, os utentes podem, por exemplo, revalidar a carta de condução ou pedir a segunda via deste cartão, ativar a chave móvel digital, pedir uma nova senha ou de uma caderneta predial junto da Autoridade Tributária, apresentar despesas junto da ADSE, alterar a morada no cartão de cidadão (CC) e ou solicitar o cartão europeu de seguro de doença, entre outros.

D.R.

Espaço foi inaugurado pela presidente da Câmara de Tondela

Este é o terceiro Espaço do Cidadão a abrir portas no concelho de Tondela e o segundo a funcionar numa freguesia. Além da cidade de Tondela, no edifício em frente à câmara municipal, este serviço está disponível na Junta de Freguesia de Santiago de Besteiros e agora em São João do Monte.

O município adiante que, em breve, deverão abrir novos espaços do cidadão noutras freguesias do concelho.

Vítima encarcerada após despiste em S. Pedro do Sul

ACIDENTE Um veículo ligeiro despistou-se esta tarde na Estrada Nacional 16 (EN16), na localidade de Fontinha, em São Pedro do Sul, disse fonte do Comando Sub-Regional de Viseu Dão Lafões.

Do acidente resultou um ferido grave, que foi transportado para o Hospital de São Teotónio de Viseu. Chegados ao local, as equipas de socorro encontraram a vítima encarcerada, tendo sido necessário recorrer a equipamentos de desencarceramento para a retirar. A estrada ficou cortada durante as operações, cujo alerta foi dado por volta das 14h30.

Para a ocorrência foram mobilizados 11 operacionais, entre os Bombeiros Voluntários de São Pedro do Sul, os Bombeiros de Salvação Pública de S. Pedro do Sul, INEM e a GNR, apoiados por quatro viaturas.

Despiste provoca um ferido grave

NELAS O despiste de uma viatura ligeira de mercadorias, em Nelas, provocou na manhã de ontem um ferido grave, adiantou fonte do Comando Sub-Regional de Viseu Dão Lafões. A vítima foi transportada para o Hospital de São Teotónio de Viseu. Já o alerta para o sinistro, que ocorreu na Estrada Nacional (EN) 234, foi dado poucos minutos depois das 8h00.

Para a ocorrência foram mobilizados 20 operacionais, apoiados por sete viaturas, dos Bombeiros Voluntários de Nelas, dos Bombeiros Voluntários de Canas de Senhorim, do INEM e da GNR.

Carlos Cardoso na corrida para a Câmara de Cinfães

D.R.

ELEIÇÕES Carlos Cardoso é candidato pelo partido socialista (PS) à Câmara de Cinfães, nas próximas eleições autárquicas de 2025.

Recentemente eleito presidente da Comissão Política do Partido Socialista de Cinfães, Carlos Cardoso sucede a Armando Mourisco, atual presidente da autarquia, tendo sido o "único nome apresentado" para liderar a lista do partido no próximo confronto político.

Em comunicado, a concelhia de Cinfães refere que "os militantes cinfanenses acreditam na competência, conhecimento e responsabilidade de Carlos Cardoso para que Cinfães continue em boas mãos".

Carlos Cardoso, de 46 anos, foi chefe de gabinete do presidente da Câmara de Cinfães, desempenhando funções de vereador, sendo o responsável pelos pelouros das Finanças, Modernização Administrativa, Fundos Comunitários, Desporto, Habitação, Proteção Civil, Turismo e Atividades Económicas. É licenciado em Engenharia Civil, pós-graduado em Gestão Autárquica e especializado em Direito do Ordenamento, Urbanismo e Ambiente.

Nelson Oliveira na Volta à Espanha
Nelson Oliveira vai correr a 21.ª grande Volta da carreira, alinhando pela Movistar na Volta a Espanha, que começa sábado em Lisboa. O português volta à competição depois do 7.º lugar nos Jogos Olímpicos.

CDRC São Martinho de Mouros foi o campeão distrital da última temporada

Onze clubes vão lutar pela subida à 3.ª Divisão Nacional

Viseu A nível da modalidade sénior masculina, há menos equipa a disputar o campeonato maior do futsal distrital

Futsal
Div. Honra - AF Viseu

Silvino Cardoso

O campeonato maior sénior masculino do futsal distrital, prova organizada pela Associação de Futebol de Viseu, tem vindo a perder concorrentes, o que indicia que os clubes têm vindo a apostar mais no futebol e, ao que parece, na formação. A sorteio no auditório Carlos Costa, estiveram pouco mais do que uma dezena de clubes, interessados em competir na próxima época.

A verdade é que depois 'boom' que em determinada altura se verificou ao nível distrital e nacional, deixou de se manter e o 'entusiasmo' também tem vindo a diminuir, mais em termos de seniores do que ao nível da formação.

O campeão da época passada foi a formação de São Martinho de Mouros, concelho de Resende, que assim regressou à 3.ª Divisão Nacional, indo disputar a Série A, o que fez com que o Viseu 2001 passasse a discutir a Série B, onde também vai estar o ABC de Nelas.

A edição de 2024/2025 do Campeonato da Divisão de Honra, da Associação de Futebol de Viseu vai contar com 'apenas' 11 equipas do distrito que vão disputar a prova a jogarem entre si a duas voltas.

A primeira fase da competição começa dia 12 de outubro de 2024 e termina a 5 de abril de 2025. Na segunda fase volta-se ao formato anterior, ou seja, realiza-se um play off que integra os quatro primeiros classificados. O início está agendado para uma semana depois de terminada a fase inicial, ou seja, em 12 de abril para terminar no dia a 10 de maio.

Os clubes teoricamente mais favoritos para estarem no play-off são os habituais clientes: Rio de Moinhos, Pedreles, AJAB Tabuaço e Inter Futsal de Tarouca. No entanto, a casa do Benfica de Viseu está, também, dentro das possibilidades de discutir o título e a chegada à 3.ª Divisão Nacional.

Calendário de jogos para a época 2024/2025

1.ª JORNADA (12/10) 12.ª (11/1)
Lamelas-Pedreles
Rio Moinhos-Armamar
Sampedrense-Heróis Aventura
CB Viseu-Inter F.Tarouca
AJAB Tabuaço-Penedono

2.ª JORNADA (19/10) 13.ª (18/1)
Armamar-Lamelas
Heróis Aventura-Rio Moinhos
Inter F.Tarouca-Sampedrense
Penedono-CB Viseu
FC Lamego-AJAB Tabuaço

3.ª JORNADA (24/10) 14.ª (25/1)
Pedreles-Armamar
Lamelas-Heróis Aventura
Rio Moinhos-Inter F.Tarouca
Sampedrense-Penedono
CB Viseu-FC Lamego

4.ª JORNADA (2/11) 15.ª (1/2)
Heróis Aventura-Pedreles
Inter F.Tarouca-Lamelas
Penedono-Rio Moinhos
FC lamego-Sampedrense
AJAB Tabuaço-CB Viseu

5.ª JORNADA (9/11) 16.ª (15/2)
Armamar-Heróis Aventura
Pedreles-Inter F.Tarouca
Lamelas-Penedono
Rio Moinhos-FC Lamego
Sampedrense-AJAB Tabuaço

6.ª JORNADA (16/11) 17.ª (22/2)
Inter F.Tarouca-Armamar
Penedono-Pedreles
FC Lamego-Lamelas
AJAB Tabuaço-Rio Moinhos
CB Viseu-Sampedrense

7.ª JORNADA (23/11) 18.ª (1/3)
H.Aventura-Inter F.Tarouca
Armamar-Penedono
Pedreles-FC Lamego
Lamelas-Armamar
Rio Moinhos-CB Viseu

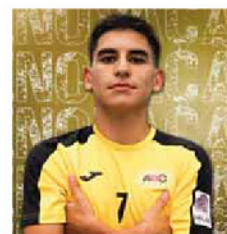
8.ª JORNADA (30/11) 19.ª (8/3)
Penedono-Heróis Aventura
FC lamego-Armamar
AJAB Tabuaço-Pedreles
CB Viseu-Lamelas
Sampedrense-Rio Moinhos

9.ª JORNADA (14/12) 20.ª (9/3)
Inter F.Tarouca-Penedono
Heróis Aventura-FC Lamego
Armamar-AJAB Tabuaço
Pedreles-CB Viseu
Lamelas-Sampedrense

10.ª JORNADA (21/12) 21.ª 12/3
FC Lamego-Inter F.Tarouca
AJAB Tabuaço-Heróis Aventura
CB Viseu-Armamar
Sampedrense-Pedreles
Rio de Moinhos-Lamelas

11.ª JORNADA (4/1) 22.ª (5/4)
Penedono-FC Lamego
Inter F.Tarouca-AJAB Tabuaço
Heróis Aventura-CB Viseu
Armamar-Sampedrense
Pedreles-Rio de Moinhos

ABC Nelas continua a preparar o plantel para uma boa época

Henrique

Pedrinho

Futsal
3.ª Divisão Nacional

O ABC de Nelas, o clube referência no futsal na região do 'Coração do Dão', tem vindo a esforçar-se para se apresentar no Campeonato Nacional da 3.ª Divisão-Série B, com a ambição de poder regressar à 2.ª Divisão Nacional.

Henrique, o excelente guarda-redes vai continua a defender a baliza, sendo um dos jogadores com capacidade para enfrentar todo o tipo de remates dos adversários, vai manter-se no clube.

Entretanto, Pedrinho, o talentoso jovem atleta da formação, que já fez parte dos trabalhos do plantel sénior na época transata, renovou o seu compromisso com a formação nelense contribuindo para que clube possa atingir os objetivos que a direção e equipa técnica ambicionam. **SC**

André Coelho acredita que Portugal será "alvo a abater" no Mundial

Futsal
Preparação do Mundial

André Coelho acredita que a seleção portuguesa de futsal será o "alvo a abater" no Campeonato do Mundo, que vai decorrer de 14 de setembro e 6 de outubro, no Uzbequistão.

"Somos campeões da Europa e campeões do mundo. É natural que queiram ganhar a Portugal, mas nós também sabemos perfeitamente a responsabilidade e a ambição que temos. Todos querem bater Portugal, mas nós também temos a maior ambição do mundo para conseguir conquistar mais um título e ganhar todos os jogos", frisou o fixo, em declarações aos jornalistas, durante o estágio de preparação em Rio Maior.

A equipa das 'quinas', que defende o cetro mundial conquistado em 2021, na Lituânia, integra o Grupo E e vai começar o Mundial em 16 de setembro, diante do Panamá, seguindo-se os embates com a seleção do Tajiquistão, três dias depois, e com Marrocos, a 22.

Sobre os objetivos lusos, o internacional, que regressou ao Benfica após quatro temporadas no FC Barcelona, refere que a "responsabilidade é sempre a mesma".

"A verdade é que somos campeões do mundo e temos um título a defender, mas a ambição e a responsabilidade são as mesmas", analisou, já depois de salientar que o grupo de trabalho vai encarar a competição da mesma forma que fez na Lituânia e que a palavra "favoritos" não assusta.

Antes do arranque do Mundial, Portugal cumprirá a preparação entre Rio Maior e Viseu, num estágio que vai contemplar sete jogos de preparação, dois dos quais já sexta-feira (18h00) e sábado (19h30), na cidade ribatejana, diante das congéneres de Uzbequistão e Angola, respetivamente.

Jovem nelense Simão Silva é campeão em contrarrelógio nacional

Simão Silva sagrou-se campeão nacional de contrarrelógio

Ciclismo
Sub-19

O município de Nelas felicita Simão Silva, jovem de 17 anos natural do concelho, pelo título de Campeão Nacional de Contrarrelógio na categoria de Sub-19. A competição teve lugar em Vila Franca de Xira e Simão Silva sagrou-se vencedor após completar os 17,8 km da prova em 22,25m.

Simão Silva, atleta da Academia Efapel de Ciclismo, superou Gonçalo Rodrigues (Landeiro | KTM | Matias&Araújo), que ficou em segundo lugar, e José Moreira (Team Polti Kometa), terceiro classificado.

O município considera ser motivo de orgulho para o concelho, porque reflete o talento e dedicação do jovem ciclista, congratulando Simão e sua equipa pelo importante feito no desporto nacional.

Simão Pipo renova pela Lusitano FC para a nova época

Simão Pipo vai continuar no Lusitano FC por mais uma época

Futebol
Div. Honra - AF Viseu

O Lusitano Futebol Clube informa que chegou acordo com o avançado Simão Pipo, de 25 anos, para a renovação do seu vínculo ao clube por mais uma temporada, a quarta consecutiva. O jogador foi peça fundamental nas temporadas anteriores.

A continuação de Simão Pipo no Lusitano FC, é uma mais valia para que a equipa orientada por Carlos Pontemieiro, possa disputar a Divisão de Honra, com ambição pela chegada aos lugares cimeiros do campeonato. O avançado soma, ao serviço da equipa principal do Lusitano, um total de 46 jogos disputado e 14 golos apontados. **SC**

Hugo Ribeiro vence prova e acende a luta pelo Campeonato e Troféu

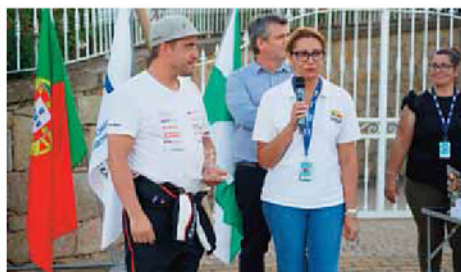
Mêda Prova de perícia contou para a 7.ª prova do Campeonato de Portugal de Perícia e 10.ª para o Troféu Raiano de Perícia

Automobilismo
Campeonato de Perícias

Silvino Cardoso

Não foi fácil para os pilotos que estiveram em prova que contavam para o Campeonato de Portugal de Perícia e Troféu Raiano de Perícia. O intenso calor obrigou os concorrentes a um duplo esforço, dando o seu melhor para dar emoção nas constantes as alterações à geral e nas respetivas classes.

No final Hugo Ribeiro foi o melhor, seguido de Jorge Almeida e António Borges, que completaram o pódio. O 'top five' fechou com a familiar Aguiar, ficando em quarto e quinto lugar, Nelson Aguiar e Filipe Aguiar. Refira-se que os três primeiros ficaram separados por menos de um segundo.

Na classificação das classes, Hugo Ribeiro venceu na Divisão 1 Classe A, seguido de Jorge Almeida e Nelson Aguiar; na Classe B, o vencedor foi António Borges, seguido de João Simão e Ricardo Rodrigues. Na Divisão 2 ganhou na Classe A, Jorge Sá, seguido de Dino Almeida e Luís Silva; na Classe B, André Almeida voltou a vencer, ficando Dario Oliveira em 2.º, fechando o pódio o jovem Henrique Borges. Na Divisão 3 (veículos originais), ganhou na Classe A Rodrigo Lopes, seguido de Rui Loureiro e Manuel Sousa, e na Classe B, Jorge Pinho venceu seguido de Tiago Prata e Frederico Neto.

Vencedor da prova de perícia da cidade da Meda

Muita disputa no Troféu Raiano

Após a disputa das 10 provas: Perícias de Montemor-o-Velho, Guarda, Cucujães, Almeida, Cabeceiras de Basto, Vale de Cambra, Guimarães, Slalom de Castelo Rodrigo, Perícia de Castelo Rodrigo e Mêda, aumentou a disputa nas diversas classificações. Na classificação geral, Jorge Almeida, em VW Proto, lidera com 186 pontos, seguido de Nelson Aguiar, em Peugeot 205 Proto, com 164 e João Simão, em Suzuki Proto, com 138.

Acima dos 100 pontos, estão Hugo Ribeiro, que subiu na geral, Filipe Aguiar, Ricardo Alexandre Rodrigues, André Almeida, Dario Oliveira e António Borges com, respetivamente, 126, 120, 119, 111, 107 e 102 pontos.

A luta nas três divisões e seis classes é grande. Na Divisão 1, Protótipos, na Classe A, lidera Jorge Almeida, com 102 pontos, seguido de Nelson Aguiar, com 84 e Hugo Ribeiro, com 70; na Classe B a liderança é de João Simão, com 94 pontos, seguido de Ricardo Rodrigues, com 76, e António Borges, com 62 pontos. Na Divisão 2, (veículos transformados), na Classe A (tração dianteira), o líder é Luís Silva, com 74 pontos, seguido de Dino Almeida com 64 e Jorge Sá com 40 pontos.

Na Classe B (tração traseira), Ricardo Almeida segue na frente, com 88 pontos, seguido de Dario Oliveira, com 86, seguindo-se de Ricardo Rodrigues, com 61, que entra em lugares de pódio.

Na Divisão 3, (originais), na Classe A lidera Manuel Maravilhas, com 90 pontos, seguido de Rodrigo Lopes, com 84 e Rui Loureiro, com 52. Na Classe B o primeiro é Jorge Pinho, com 105 pontos, seguido de Tiago Prata, com 76 e Frederico Neto, com 61.

Destaque para a nova geração de pilotos, alguns ainda menores de idade, que dão mais brilho à modalidade: Filipe Aguiar, Rodrigo Neto, André Almeida, Henrique Borges e António Prata.

A Perícia Cidade da Mêda foi uma organização do Guarda Unida em parceria com o Município de Mêda e a colaboração dos Bombeiros Voluntários da Mêda, GNR e Vinhos Fraga Alta - Lucinda Todo Bom. O TRP prossegue amanhã com a Perícia de Campo de Besteiros.

Argentino Alan Marinelli reforça Académico até Junho de 2025

Futebol
II Liga

A Académico de Viseu FC, Futebol SAD anunciou a contratação do extremo Alan Marinelli para a equipa sénior de futebol profissional. Vindo do Club Atlético Rosario Central, emblema onde foi formado, o jovem avançado argentino, de 25 anos, assina por um ano com o clube beirão, que fica com uma opção de renovação até junho de 2028.

Após duas temporadas de empréstimo ao Club Atlético Sarmiento e ao Club Atlético Platense, ambas equipas da primeira divisão argentina, Alan Marinelli avança agora para a sua primeira experiência longe do país natal.

Em declarações exclusivas aos canais de informação da Académico de Viseu FC, Futebol SAD, o reforço academista falou da primeira abordagem que lhe foi feita, justificando o motivo que o levou a assinar contrato com o emblema beirão. "Quando me disseram, falaram-me em primeiro da Cidade e do Clube e a verdade é que é uma Cidade muito bonita e com muita história. Disseram-me que o clube tem vindo a crescer bastante. Isso inspirou-me a vir e a querer cumprir os objetivos da equipa e do clube", referiu o avançado.

Alan Marinelli

Despiste de viatura feriu cinco bombeiros
Cinco bombeiros da corporação do Peso da Régua ficaram ontem feridos após o despiste da viatura pesada de combate a incêndios onde seguiam, cerca das 11h00, em direção a um incêndio rural nesta região.

180 milhões de euros para construir e renovar escolas

Governo Comissões de Coordenação e Desenvolvimento Regional autorizadas a atribuir financiamento a municípios

O Governo vai autorizar um financiamento de 180 milhões de euros para a construção e renovação de escolas para garantir o cumprimento das metas no âmbito do PRR, anunciou ontem o Ministério da Coesão Territorial.

«O Governo vai autorizar as Comissões de Coordenação e Desenvolvimento Regional (CCDR) a atribuir financiamento aos municípios, até ao montante de 180 milhões de euros, para a construção e renovação de escolas», refere o executivo em comunicado.

De acordo com o gabinete do ministro Adjunto e da Coesão Territorial, a medida vai permitir aprovar candidaturas que, inicialmente, não estavam contempladas no concurso lançado no âmbito do Plano de Recuperação e Resiliência (PRR).

O executivo quer, assim, acautelar atrasos nos projetos que já foram contratualizados no âmbito do PRR e, através deste "overbooking", garantir que é cumprida a meta fixada, que prevê a construção ou renovação de 75 escolas até junho de 2026. «Este investimento adicional cria uma rede de segurança que nos permitirá, perante eventuais atrasos na conclusão das intervenções financiadas pelo PRR, cumprir as metas previstas e não desperdiçar verbas», sublinha o ministro Castro Almeida, citado em comunicado.

Dos 180 milhões de euros agora autorizados, a maior fatia vai para a CCDR do Centro (60 milhões de euros). O Norte e Lisboa e Vale do Tejo recebem 50 milhões de euros, 12 milhões de euros serão atribuídos ao Algarve e oito milhões de euros para o Alentejo. As intervenções a financiar serão selecionadas de acordo com a "maturidade do projeto", refere a tutela, que explica que a primeira prioridade serão as escolas já em fase de construção, seguidos dos projetos adjudicados e, por fim, dos projetos com aviso de concurso já publicado.

D.R.

Prevista a construção ou renovação de 75 escolas até 2026

Sete pessoas desalojadas por incêndio num restaurante

Sete pessoas ficaram desalojadas na sequência de um incêndio ontem num restaurante na baixa do Porto, que depois subiu para os dois andares acima, revelando à Lusa fonte da Câmara que todos já arranjaram alojamento. O alerta foi dado pelas 16h24 para um incêndio no Restaurante República dos Cachorros, na Praça dos Poveiros, e que foi combatido pelo Regimento de Sapadores Bombeiros, tendo sido dado como em rescaldo cerca das 19h00. A situação obrigou ao corte ao trânsito de várias ruas na baixa da cidade, designadamente na Rua do Campinho, na Rua D. João IV com a Rua de Santo Ildefonso e Rua da Alegria com a Rua Formosa, informou a autarquia do Porto. O incêndio teve origem na conduta de exaustão do restaurante, não se registando vítimas.

Incêndio em Atenas já devastou 10 mil hectares e matou uma pessoa

LUSA

Várias casas foram destruídas por violento incêndio na Grécia

GRÉCIA O incêndio que há mais de três dias atinge localidades a norte de Atenas já devastou mais de 10.000 hectares e provocou uma vítima mortal, uma mulher de 62 anos que faleceu numa fábrica consumida pelas chamas.

O corpo foi localizado no interior de uma fábrica em Vrilissia, nos arredores da capital grega, depois de o incêndio que atinge a região da Ática ter começado no domingo nas imediações do Lago Maratona e ter alastrado, destruindo também várias casas.

O serviço de vigilância da União Europeia (UE) elevou o número de hectares ardidos para mais de 10.000.

Na segunda-feira, a UE tinha anunciado a mobilização de recursos aéreos e terrestres para ajudar nas tarefas de extinção do incêndio, depois de as autoridades gregas terem ativado o Mecanismo de Proteção Civil da comunidade.

Para além da morte registada, 66 pessoas e ainda cinco bombeiros ficaram feridos, segundo fontes oficiais.

O presidente da Câmara de Halandri, Simos Roussos, disse à televisão pública grega ERT que viu cerca de 10 casas destruídas pelo incêndio.

Bombeiros pedem reunião sobre impacto do fecho das urgências

TRANSPORTE DE DOENTES O presidente da Liga dos Bombeiros Portugueses (LBP) pediu ontem ao Governo que discuta com o setor os impactos do fecho das urgências nas corporações, obrigadas a transportar doentes por mais distâncias.

Em declarações à Lusa, António Nunes recordou que os protocolos celebrados com o Ministério da Saúde previam «sempre a perspetiva do hospital de proximidade», mas com o fecho de especialidades nas urgências, criou «novos problemas que implicam novas soluções». «Se fosse só o problema das grávidas», disse António Nunes, referindo-se ao fecho de urgências de obstetrícia e de ginecologia. Atualmente, «estão a ser encerradas especialidades nos hospitais» e o transporte dos doentes para mais longe «está a desequilibrar as equipas dos corpos de bombeiros», que ficam ausentes dos quartéis durante várias horas.

«Esta questão está a desregular aquilo que era o normal funcionamento do paradigma do corpo de bombeiros na sua área de atuação própria», afirmou o dirigente da Liga, que pede uma reunião com o Governo para discutir o problema. «Percebo que os meios [dos hospitais] são limitados», mas o Ministério da Saúde «está a empurrar para quem está abaixo», pressionando recursos dos bombeiros, que são necessários noutros locais, principalmente em época de risco de incêndios. A isso soma-se o facto de existirem problemas na sinalização dos locais para onde transportar.

Condenada ação de judeus na Esplanada das Mesquitas

A União Europeia (UE), os Estados Unidos e a ONU condenaram ontem a entrada de judeus na Esplanada das Mesquitas, em Jerusalém, incluindo o ministro da Segurança, Itamar Ben Gvir, que desafiou a política oficial do próprio Governo israelita. Numa mensagem nas redes sociais, o alto representante da UE para os Negócios Estrangeiros e Política de Segurança, Josep Borrell, assinalou que Bruxelas «condena energicamente as provocações» do ministro israelita. «Durante a sua visita aos lugares santos, [Itamar Ben Gvir] defendeu a violação do "status quo". A UE reitera o apelo dos seus líderes em junho no sentido de que se mantenha o "status quo', inclusive relativamente ao papel especial da Jordânia» na administração dos locais de culto de Jerusalém, sublinhou Borrell.

Já em Washington, o porta-voz do Departamento de Estado, Vedant Patel, considerou «inaceitável» a oração feita pelo ministro israelita na Esplanada das Mesquitas.

Kiev reivindica controlo de 74 localidades russas

GUERRA O Presidente ucraniano reivindicou ontem o controlo de 74 localidades em território russo, onde as suas forças desencadearam na semana passada uma ofensiva que implicou a retirada de dezenas de milhares de civis.

«Apesar dos combates difíceis e intensos, prossegue o avanço das nossas forças na região de Kursk (...). Existem 74 localidades sob controlo da Ucrânia», indicou Volodymyr Zelensky em mensagem na rede social Telegram, após receber um ponto de situação do comandante-chefe das Forças Armadas, Oleksandr Syrskyi.

O chefe de Estado ucraniano afirmou ainda que "centenas" de soldados russos já se renderam na região de Kursk após a ofensiva ucraniana e que «estão a ser tratados com humanidade», algo que não teriam «nem no próprio exército russo».

Desde o início desta incursão, dezenas de pessoas morreram e cerca de 120.000 tiveram que ser evacuadas da região russa.

Em contrapartida, a Rússia disse que as unidades do seu Exército, incluindo novas reservas, aviação, equipas de drones e forças de artilharia impediram os grupos móveis ucranianos de aprofundarem o seu avanço perto das localidades russas de Obshchy Kolodez, Snagost, Kauchuk e Alexeyevsky, na província de Kursk.

Em paralelo, o porta-voz do Ministério dos Negócios Estrangeiros ucraniano, Heorhii Tykhyi, assegurou que a operação transfronteiriça se destina a proteger território ucraniano dos ataques de longo alcance desencadeados a partir de Kursk. «A Ucrânia não está interessada em obter território da região de Kursk, mas queremos proteger as vidas do nosso povo», argumentou, citado pelos 'media' locais. Indicou ainda que a Rússia lançou mais de 2.000 ataques nos últimos meses a partir da região de Kursk, utilizando mísseis antiaéreos, morteiros, drones, bombas planadoras e mais de 100 mísseis.

agenda

TÁXIS

Viseu
232 411 181 - 232 425 444
232 429 453

Tondela
Rebelo & Correia, Lda
232 841 123

Aut. Alug. Adriano Rodrigues
232 822 496

Mangualde
Abel Almeida, Lda
232 623 333
Alberto Amaral
232 382 536

TELEFONES DE URGÊNCIA

Viseu	
Bombeiros Voluntários	232422047
Bombeiros Municipais	232423822
GNR	232467940
Hospital S. Teotónio	232420500
C. Saúde 1	232419900
C. Saúde 2	232457240
C. Saude 3	232467290
PSP	232480380
Beira Gaz	800508800
Armamar	
GNR	254 855 209
Bombeiros	254 855 259
C. Saúde	254 855 260 ?
Carregal do Sal	
Bombeiros	232968250
GNR	232968134
C. Saúde	232968164
Castro Daire	
Bombeiros	232386444 - 232319050
GNR	232382139
C. Saúde	232319182
Cinfães	
GNR	255 560 870
Bombeiros	255 561 567
Centro de Saúde	255 561 275
Lamego	
Bombeiros	254609122 - 254613866
GNR	254612123
C. Saúde	254609210
Hospital	254609980 - 254655133
PSP	254612022 - 254656739
Mangualde	
Bombeiros	232619610
GNR	232622258
C. Saúde	232619480
Mortágua	
Bombeiros	231920122
C. Saúde	231927560
GNR	231927360
Moimenta da Beira	
Bombeiros	254582153 - 254582609
GNR	254582102 - 254583726
C. Saúde	254582338
Nelas	
Bombeiros	232941250
GNR	232944293
C. Saúde	232949086
Penalva do Castelo	
Bombeiros	232641444 - 232642606 - 232642800
GNR	232641218
C. Saúde	232642354 - 232642390
Santa Comba Dão	
Bombeiros	232881670
GNR	232882229 - 232882717
C. Saúde	232882290 - 232881198
Gare	232891479
São Pedro do Sul	
Bombeiros	232720110
GNR	232711219
Hospital	232723290
C. Saúde	232731734
Sátão	
Bombeiros	232981325
GNR	232981141
C. Saúde	232982075
Tondela	
Bombeiros	232814112
GNR	232819370
Vila Nova de Paiva	
Bombeiros	232604139
C. Saúde	232604782
GNR	232604139
Vouzela	
Bombeiros	232772115
GNR	232772024
C. Saúde	232772089
Aguiar da Beira	
Bombeiros	232688444
GNR	232688125
C. Saúde	232688102
Seia	
Bombeiros	238310310
GNR	238312242
C. Saúde	238315715
Hospital	238314829 - 238315118
Cine Teatro Jardim	238310249
Oliveira de Frades	
GNR	232 761 236
Bombeiros	232 760 230
Centro de Saúde	232760400
Penedono	
GNR	254 504 151
Bombeiros	254 504 120
Centro de Saúde	254 549 302
Resende	
GNR	254 877 304
Bombeiros	254 877 122
Centro de Saúde	254 877 101
São João da Pesqueira	
GNR	254 484 244
Bombeiros	254 484 293
Centro de Saúde	254 484 828
Sernancelhe	
GNR	254 595 200
Bombeiros	254 595 455
Centro de Saúde	254 550 000 / 254 550 000
Tabuaço	
GNR	254 789 214
Bombeiros	254 789 108
Centro de Saúde	254 780 139
Tarouca	
GNR	254 4679253
Bombeiros	254 677 412
Centro de Saúde	254 679 200 / 254679301

CINEMAS

Cinemas NOS Forum Viseu

Sala 1 – Pacto de Redenção
M12 - 20h15
Sala 1 – Gru O Maldisposto 4 VP
M6 - 11h45*(*só sáb. e dom.), 14h15, 16h45
Sala 2 – Podia Ter Esperado por Agosto
M12 - 14h30, 17h15, 20h30
Sala 3 – Deadpool & Wolverine
M14 - 14h00, 17h00, 20h00
Sala 4 – Cocorico
M12 - 13h30, 16h00, 18h20, 20h45
Sala 5 – Divertida-Mente 2 VO
M6 - 12h00*(*só sáb. e dom.), 15h00, 17h30, 19h45
Sala 6 – Divertida-Mente 2 VP
M6 - 11h30*(*só sáb. e dom.), 13h45, 16h15, 18h40
Sala 6 – Um Lugar Silencioso: Dia Um
M14 - 21h00

Cinemas NOS Palácio do Gelo

Sala 1 – Deadpool & Wolverine
M14 - 12h30, 15h30, 18h20, 21h15
Sala 1 – Tornados
M12 - 00h10*(*só 6ª e sáb.)
Sala 2 – Gru O Maldisposto 4 (VP)
M6 - 10h55, 13h15, 16h30
Sala 2 – Colecionador de Almas
M16 - 19h15, 21h45, 00h20*(*só 6ª e sáb.)
Sala 3 – Armadilha
M12 - 13h00, 16h00, 18h35, 21h30, 00h00*(*só 6ª e sáb.)
Sala 3 – Divertida-Mente 2 (VP)
M6 - 10h40
Sala 4 – Podia Ter Esperado Por Agosto
M12 - 12h45, 16h15, 19h00, 22h00
Sala 5 – Divertida-Mente 2 (VP)
M6 - 12h20, 14h45, 17h10, 19h35
Sala 5 – Tornados
M12 - 22h15
Sala 6 – A Abelha Maia e o Ovo Dourado VP
M6 - 11h15, 13h30*(*só sáb. e dom.)
Sala 6 – Divertida-Mente 2 (VO)
M6 - 13h30*(*exceto sáb. e dom.), 15h45, 18h00, 21h00
Sala 6 – Deadpool & Wolverine
M14 - 23h20*(*só 6ª e sáb.)

CRUZADAS

Horizontais - 1 – Canção de gondoleiros venezianos.
2 – Detestar; mar francês. 3 – Tecidos quentes; incendiado.
4 – Cidade portuguesa. 5 – Aborrecimentos. Oferece.
6 – Pôr abas; afeição. 7 – Isolado; aborrecido (poét.). 8 – Bebida dos deuses. 9 – Convocar; braço de mar. 10 – Dentro do hotel; espécie de rena (inv.). 11 – "Avó" dos supermercados.
Verticais - 1 – Glande do carvalho (pl.); em companhia de.
2 – Nome de mulher; borracha endurecida por vulcanização.
3 – Gargalhada; espaço celeste. 4 – Neste lugar; romântica.
5 – Ponho arames; ponto cardeal (embrulhado).
6 – Harmonizava; oferece. 7 – Satanás (inv.); escolher.
9 – Prejudicados; no meio da frieira. 9 – Argola; perfumava.

SUDOKU

	9				7		4	6
4	7	3						
				2	4	5		
7		5		4			8	
8		6				2		3
	2			1		4		5
		4	7	9				
						8	5	1
2	6		1				9	

Preencher os quadrados de 9x9 de tal forma que cada linha, coluna e caixa contenha números de 1 a 9 sem se repetirem

FARMÁCIAS

VISEU – Grão Vasco (serviço permanente) – Tlf.: 232388344 - Farmácia de Bodiosa – Tlf.: 232972299 – Sousa Pais (Torredeita) – Tlf.: 232998002 - Nova (Loureiro de Silgueiros) – Tlf.: 232957316 – São José (Lordosa) – Tlf.: 232427418 (todas em regime de disponibilidade), Farmácia Grão Vasco – Tlf: 232388344 (aberta 24 horas).
CARREGAL DO SAL – Abreu – Tlf.: 232968630
MANGUALDE – Nogueira – Tlf.: 232622207 - Beirão (Chãs de Tavares) – Tlf.: 232651339
MORTÁGUA – Baptista Melo – Tlf.: 231923352
NELAS – Pelourinho – Tlf.: 232671210 – Misericórdia – Tlf.: 232942325
OLIVEIRA DE FRADES – Pessoa – Tlf.: 232762925
PENALVA DO CASTELO – Silveira – Tlf.: 232641362
SANTA COMBA DÃO – Vasco da Gama – Tlf.: 232890402 - Sales Mano (Vimieiro) – Tlf.: 232891158
SÃO PEDRO DO SUL – Arminda Silva – Tlf.: 232712136 - Teixeira (Santa Cruz da Trapa) – Tlf.: 232799123 - Eugénia Rito (Termas) – Tlf.: 232728013 - Pindelo dos Milagres (Pindelo dos Milagres) – Tlf.: 232309014 – Seixas Poças (São Pedro do Sul) – Tlf.: 232731244 (todas em regime de disponibilidade).
SÁTÃO – Carvalho - Tlf.: 232985295 – Santo André (Lamas) Tlf.: 232665186
TONDELA – Molelos (serviço permanente) – Tlf.: 232813957 – Besteiros - Tlf.: 232851290 - Tourigo – Tlf.: 232871042 – Almiro - Tlf.: 232851290 - Lajeosa (Lajeosa do Dão) – Tlf.: 232957477 – Soares (Tondela) – Tlf.: 232841323 – Ribas de Sousa (São João do Monte) – Tlf.: 232862119 – Caramulo – Tlf.: 232861257 (todas em regime de disponibilidade).
VOUZELA – da Torre (Alcofra) – Tlf: 232752849 – Ana Rodrigues Castro (Campia) - Tlf: 232758179 - Teixeira – Tlf.: 232772507 – Vouzela – Tlf: 232779345

1400 Para encontrar os medicamentos que precisa, antes de se deslocar à farmácia **ligue 1400 (gratuita 24h)**

FEIRAS

15 de agosto - quinta-feira
Mensais: Estarreja, Febres (Cantanhede); Nossa Senhora do Bom Sucesso (Soure); Santiago de Cassurães (Mangualde); Soure; Penela; Casalinhos (Soure); Vila Nova de Paiva; Santo Amaro (Estarreja); Lamas (Sátão) e Ladário (Sátão).
Mensais (3.ª quinta-feira): Espinhal (Penela); Espinheira (Penacova); Figueira de Castelo Rodrigo; Freixiosa (Mangualde); Gouveia; Moçamedes-S. Miguel do Mato (Vouzela); Paranhos de Besteiros (Tondela); Vale de Açores (Mortágua); Vila de Um Santo-Cota (Viseu) e Vila do Touro (Sabugal).
Semanais: Pombal (mercado); Arganil (mercado); Penela; Marinha Grande (mercado); S. João da Madeira (mercado); Ovar (mercado); Açores (Celorico da Beira); Cacia; Covilhã; Gouveia; Loriga (Seia); Loureiro (Oliveira de Azeméis); Murtosa; Oliveira de Azeméis; Pedrógão Pequeno (Sertã); Vila Nova de Ceira (Góis); Vila Nova de Ourém e Estarreja.

TELEVISÃO

RTP 1
06:00 - Bom Dia Portugal
10:00 - Praça da Alegria
12:59 - Jornal da Tarde
14:15 - Amor Sem Igual
15:30 - A Nossa Tarde
17:30 - Portugal em Direto
19:06 - O Preço Certo
19:59 - Telejornal
21:00 - Salto de Fé
21:45 - Joker
22:45 - Taskmaster
00:45 - Janela Indiscreta
01:30 - Anatomia de Grey
02:15 - Anatomia de Grey
03:00 - Amor Sem Igual
04:15 - Televendas

RTP 2
05:59 - A Fé dos Homens
06:31 - Repórter África
07:00 - Zig Zag
13:00 - Urbanigrama
13:30 - A Conversa dos Outros
14:00 - Folha de Sala
14:05 - As Caminhantes
15:00 - A Fé Dos Homens
15:30 - Primeiro Estranha Depois Entranha
16:00 - Red - Mar Vermelho: É Urgente Proteger
16:56 - Zig Zag
20:38 - Folha de Sala
20:43 - Heróis de Verde
21:30 - Jornal 2
22:01 - O Veterinário de Província
22:49 - Folha de Sala
22:55 - A Revolução Wachowski
23:55 - Sangue em Viena
00:43 - Folha de Sala
00:48 - E2 - Escola Superior de Comunicação Social
01:15 - Prova Oral
02:35 - Cesária Évora
03:30 - Folha de Sala
03:35 - António Borges Coelho
04:30 - As Sibilas do Passo
05:05 - Caminhar: A Cura Milagrosa para Corpo e Mente
05:55 - Folha de Sala
06:00 - A Fé dos Homens
06:32 - Repórter África

SIC
06:00 - Edição da Manhã
08:30 - Alô Portugal
10:00 - Casa Feliz
13:00 - Primeiro Jornal
14:45 - Querida Filha
15:45 - Linha Aberta
16:45 - Júlia (Especiais)
18:30 - Terra e Paixão
20:00 - Jornal da Noite
21:45 - A Promessa
22:45 - Senhora do Mar
23:45 - Nazaré
00:30 - Papel Principal
01:00 - Travessia
01:30 - Passadeira Vermelha (Especiais)
03:30 - Terra Brava
04:45 - Passadeira Vermelha (Especiais)

TVI
05:30 - Os Batanetes
05:50 - As Aventuras do Gato das Botas
06:15 - Diário da Manhã
09:55 - Dois às 10
12:58 - TVI Jornal
14:00 - TVI - Em Cima da Hora
14:30 - A Sentença
15:20 - A Herdeira
16:30 - Goucha
17:45 - Dilema: Última Hora
19:10 - Dilema: Diário
19:57 - Jornal Nacional
21:15 - Dilema: Especial
21:55 - Cacau
22:40 - Festa é Festa
23:55 - Dilema: Extra
02:00 - O Beijo do Escorpião
03:20 - O Princípio da Incerteza
04:15 - TV Shop

*O Diário de Viseu não se responsabiliza por eventuais alterações na programação

Carneiro - Carta do Dia: A Estrela, que significa Esperança, Inspiração. Momento para renovar a fé e a esperança na vida. Acredite nos seus sonhos e trabalhe para realizá-los. Para aliviar a tensão, pratique meditação.

Touro - Carta do Dia: A Justiça, que significa Equilíbrio, Justiça. Mantenha a integridade nas suas ações. A verdade prevalecerá. Para equilibrar o corpo e a mente, adote uma dieta rica em fibras

.Gémeos - Carta do Dia: O Enforcado, que significa Reflexão, Sacrifício. Aproveite para refletir sobre suas decisões e escolhas. Pode ser um bom momento para ajustes e mudanças.

Caranguejo - Carta do Dia: A Força, que significa Coragem, Determinação. Enfrente os desafios com coragem. Mostre sua força interior e não se deixe desanimar. Mantenha uma alimentação rica em nutrientes para manter a energia.

Leão - Carta do Dia: O Louco, que significa Novos Começos, Aventuras. Este é um bom momento para se aventurar e explorar novas possibilidades. Liberte-se das limitações e abra-se para novas experiências.

Virgem - Carta do Dia: 7 de Copas, que significa Escolhas, Ilusões. Avalie suas opções com cuidado. Evite se deixar levar por ilusões e fantasias. Foque no que é real e construtivo.

Balança - Carta do Dia: 5 de Copas, que significa Perda, Arrependimento. Lide com os sentimentos de perda e arrependimento com calma. Há uma oportunidade de crescimento. Cuide de sua saúde mental e emocional.

Escorpião - Carta do Dia: 9 de Espadas, que significa Ansiedade, Medo. Enfrente seus medos e ansiedades com coragem. Procure maneiras de relaxar e aliviar a tensão.

Sagitário - Carta do Dia: 6 de Copas, que significa Nostalgia, Memórias. Reflita sobre memórias passadas e como elas influenciam seu presente. Aproveite para se reconectar com pessoas queridas.

Capricórnio - Carta do Dia: A Roda da Fortuna, que significa Mudança, Ciclos. Este é um período de mudanças e ciclos. Esteja aberto para o que a vida tem a oferecer e aceite as transformações.

Aquário - Carta do Dia: 10 de Copas, que significa Felicidade, Realização. Momento para celebrar a felicidade e realizações pessoais. Compartilhe suas alegrias com aqueles que são importantes para você.

Peixes - Carta do Dia: 4 de Espadas, que significa Descanso, Recuperação. Tire um tempo para descansar e recuperar as energias. Dê-se a oportunidade de relaxar e refletir.

SOLUÇÕES PALAVRAS CRUZADAS

Horizontais – 1. Barcarola. 2. Odiar. Mer. 3. Las. Acesso. 4. Almada. 5. Tédios. Da. 6. Abar. Amor. 7. So. Inviso. 8. Nectar. 9. Citar. Ria. 10. Ote. Odaev. 11. Mercearia. **Verticais** – 1. Bolotas. Com. 2. Ada. Ebonite. 3. Risada. Eter. 4. Ca. Lirica. 5. Aramo. Ntroe. 6. Casava. Da. 7. Omed. Mirrar. 8. Lesados. Lei. 9. Aro. Aromava.

SOLUÇÕES SUDOKU

5	9	2	3	8	7	1	4	6
4	7	3	6	5	1	9	2	8
6	8	1	9	2	4	5	3	7
7	1	5	2	4	3	6	8	9
8	4	6	5	7	9	2	1	3
3	2	9	8	1	6	4	7	5
1	5	4	7	9	8	3	6	2
9	3	7	4	6	2	8	5	1
2	6	8	1	3	5	7	9	4

IMOBILIÁRIO

VENDAS
APARTAMENTOS

REMAX DINÂMICA - VENDE APARTAMENTO T3. C E"D". Arcozelos, Moimenta da Beira. € 120.000. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 122031 096-217

REMAX DINÂMICA - VENDE APARTAMENTO T3. C E"F". Viseu. € 190.000. 232 480 800 (AMI 7068) www.remax. pt/ 122 031154-23

REMAX DINÂMICA - VENDE APARTAMENTO T3. C E"A". Viseu. € 245.000. 232 480 800 (AMI 7068) www.remax. pt/ 122 0311 18-41

REMAX DINÂMICA - VENDE APARTAMENTO T4 COM TERRAÇO. C E"E". Praça de Goa, Viseu. € 235.000. 232 480 800 (AMI 7068) www.remax. pt/ 122 031160-172

VENDAS
MORADIAS

REMAX DIMENSÃO - ARCOZELO DAS MAIAS a cerca de 6 kms de Oliveira de Frades, www.remax. pt/126 02101 0-88 ; moradia em pedra para reabilitação, com logradouro, próxima da parais fluvial de Sejães CE "F"; AMI 18128; 22.500€ tlm. 935 532 100

REMAX DIMENSÃO - SEGÕES - MOIMENTA DA BEIRA, a cerca de 5 kms de Vila Nova de Paiva- www.remax.pt/ 12602 1010-14 ; moradia em pedra para reabilitação, com logradouro, junto à praia fluvial de Segões; CE "NC"; AMI 18128; 29.00€ tlm. 935 532 100

REMAX DINÂMICA - VENDE CASA DE HABITAÇÃO. C E"NA". Vila Nova de Paiva. € 8.490. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 12203 1157-16

REMAX DINÂMICA - VENDE CONJUNTO DE MORADIA T2 + 3. C E"F". Abraveses, Viseu. € 247.500. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 12203 1038-312.

REMAX DIMENSÃO - MATELA – PENALVA DO CASTELO, moradia T1, com pequeno logradouro; www.remax. pt/1260 21010-99; CE "NC"; AMI 181 28 ; 26.000€; tlm 935 532 100

REMAX DIMENSÃO - PÓVOA DE CERVÃES- MANGUALDE, moradia T1; www.remax.pt/ 126021 010-102; CE "F"; AMI 18128; 65.000€; tlm 935 532 100

REMAX DINÂMICA - VENDE MORADIA T1. C E"NA". Tondela. € 50.000. 232 480 800 (AMI 7068) www.remax. pt/ 12203 1150-33

VENDE-SE TERRENO
c/ projecto aprovado e licença de construção, T4, a 200 m da praia de Quiaios (vista para a praia).
Telem. 914 021 778
(entre as 11h45 e as 12h30 e as 18h e as 19h)

REMAX DINÂMICA - VENDE MORADIA T2. C E"C". Moimenta da Beira. € 110.000. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 1220 31096-221

REMAX DINÂMICA - VENDE MORADIA ISOLADA T3. C E"D". Queirela, Bodiosa. € 170.000. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 122031 084-328

REMAX DINÂMICA - VENDE Moradia T3. CE"D". Calde, Viseu. € 112.000. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax. pt/ 1220 31157-11

REMAX DINÂMICA - VENDE MORADIA T3. C E"E". Moimenta da Beira. € 237.000. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 122 031096-222.

REMAX DINÂMICA - VENDE MORADIA T3. C E"F". Pinheiro, Aguiar da Beira. € 199.000. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 1220 31040-404

REMAX DINÂMICA - VENDE MORADIA T3. C E"F". São Pedro de France, Viseu. €77. 000. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 1220 31171-18

REMAX DINÂMICA - VENDE MORADIA T4. C E"NA". Arcozelos, Moimenta da Beira. € 250.000. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 12203 1096-224

REMAX DINÂMICA - VENDE MORADIA T4. C E"D". Moledo, Castro Daire. € 155.000. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 122031118-80

REMAX DINÂMICA - VENDE MORADIA T5. C E"A". São João de Lourosa, Viseu. € 290.000. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 1220 31154-24

REMAX DINÂMICA - VENDE MORADIA T5. C E"E". Gralheira, Cinfães. € 130.000. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 1264 210 23-3

REMAX DINÂMICA - VENDE MORADIA T7. C E"E". Cavernães, Viseu. € 275.000. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 1220 31038-339

VENDAS
RÚSTICAS

REMAX DIMENSÃO - MELO- GOUVEIA, SITUADA NO sopé da Serra da Estrela, a cerca de 8 kms de Gouveia, www. remax. pt/1260 21010-84 ; moradia em pedra para reabilitação CE "NC"; AMI 18128; 17.000€ tlm. 935 532 100

REMAX DIMENSÃO - OLIVEIRA DO CONDE-CARREGAL DO SAL, a cerca de 6 kms de Carregal do Sal, www.remax. pt/126 0210 10-92 ; moradia em pedra para reabilitação CE "F"; AMI 18128; 23.000€ tlm. 935 532 100

VENDAS
TERRENOS

REMAX DINÂMICA - VENDE TERRENO COM 7629 M2. C E"NA". Silgueiros, Viseu. € 75.000. 232 480 800 (AMI 7068) www.remax .pt/1220 31152-11

REMAX DIMENSÃO - CABANA DE VIRIATO – CARREGAL DO SAL- Terreno agrícola com cerca de 3.000m2 e casa de apoio agricola; www.remax. pt/1260 21 009-95 ;CE"NC"; AMI 181 28; 15.000€; tlm. 935 532 100

REMAX DIMENSÃO - VISEU SILGUEIROS -WWW.REMAX. PT/12 602 1010-13; Terreno para construção com 3.169 m2 ;CE "NC"; AMI 18128 ; 55. 000€; tlm. 935 532 100

REMAX DIMENSÃO - EIRA QUEIMADA –TAROUCA - TERRENO com parcela para construção e parcela agrícola, com 4.170 m2 no total ; www.remax. pt/12602 1009-37 CE"NC"; AMI 18128; 29.000€; tlm. 935 532 100

REMAX DIMENSÃO - VISEU SILGUEIROS-WWW.REMAX.PT/ 1260 21010-44; Terreno para construção com 700 m2 ;CE "NC"; AMI 18128 ; 42.000€; tlm. 935 532 100

REMAX DINÂMICA - VENDE LOTE PARA CONSTRUÇÃO com área de 6340 m2. CE"NA". Santos Evos, Viseu. € 27.000. 232 480 800 (AMI 7068) www.remax.pt/ 12203111 8-68

REMAX DINÂMICA - VENDE TERRENO PARA CONSTRUÇÃO com 17220 m2. CE"NA". Boa aldeia, Farminhão e Torredeita, Viseu. € 95.000. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 1220311 52-5

REMAX DINÂMICA - VENDE TERRENO COM 9125 M2. C E"NA". Boa aldeia, Farminhão e Torredeita, Viseu. € 60.000. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 122031152-6

REMAX DINÂMICA - VENDE TERRENO PARA CONSTRUÇÃO com 1295 m2. CE"NA". Abraveses, Viseu. € 110 000. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 1220 31162-33

EMPREGO

PROCURA-SE PROFISSIONAL
na área de cabeleireiro e estética.
Entrada imediata
964 949 460

PRECISA-SE COZINHEIRO/A
Com experiência
Arredores de Paris com Alojamento
Ordenado a definir
Contato: +33 609347673

IMOBILIÁRIO

REMAX DINÂMICA - VENDE TERRENO PARA CONSTRUÇÃO com 500 m2. CE"NA". Queirã, Vouzela. € 8.000. 232 480 800 (AMI 7068) www.remax.pt/ 122031 152-7

REMAX DINÂMICA - VENDE TERRENO PARA CONSTRUÇÃO com 707 m2. CE"NA". Gerós, São Pedro do Sul. € 60.000. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 122031038-328

REMAX DINÂMICA - VENDE TERRENO para construção com área de 1390 m2. CE"NA". Mundão, Viseu. € 70.000. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 12203 1154-5

REMAX DINÂMICA - VENDE TERRENO PARA CONSTRUÇÃO com área de 2004 m2. CE"NA". Santos Evos, Viseu. € 38.000. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 12203 1074-123

REMAX DINÂMICA - VENDE TERRENO PARA CONSTRUÇÃO com área de 980 m2. CE"NA". Várzea, São Pedro do Sul. € 27.500. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 1220 31157-6

VENDAS
LOJAS

REMAX DIMENSÃO -VISEU - WWW.REMAX.PT/126021010-90; Loja no Bairro de Santa Eugénia, com 67 m2 ;CE "C"; AMI 18128 ; 49.000€; tlm. 935 532 100

VENDAS
OUTROS

REMAX DIMENSÃO - LAMEGO WWW.REMAX.PT/126021010-85; prédio no centro histórico, ideal para alojamento e restauração, CE "E"; AMI 18128; 600. 000€/ tlm. 935 532 100

REMAX DIMENSÃO - PEDRAS SALGADAS – VILA POUCA DE AGUIAR, www.remax. pt/126 021010-93; prédio junto ao Parque Termal, com afetação de habitação e comércio, ideal para alojamento local e habitação própria, CE "E"; AMI 18128; 135.000€/ tlm. 935 532 100

REMAX DIMENSÃO - VISEU – ARRENDAMENTO-WWW. REMAX.PT/ 126021010-79; Escritório no Edifício D. João I, com 70 m2 e garagem fechada ;CE "C"; AMI 18128 ; 430 €; tlm. 935 532 100

TRESPASSA-SE

REMAX DINÂMICA - TRESPASSE CAFÉ/RESTAURANTE. C E"NA". Campo, Viseu. € 61.750. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 12203 1038-335

REMAX DINÂMICA - TRESPASSE Papelaria, Livraria e Tabacaria. CE"NA". Viseu. € 90.000. 232 480 800 (AMI 7068) www. remax.pt/ 12203 1154-2

CONVÍVIOS

SENHOR COM 58 ANOS
trabalhador e dedicado, procura senhora para sua companheira para o resto da vida. Zona de Oliveira de Frades.
924 127 953

AUTOMÓVEIS

VENDA
AUTOMÓVEIS

VENDO VIATURAS usadas, até 2000€. Telm 967 266 608

COMPRO TODO O TIPO de automóveis, com e sem avaria, vistoria, vou ao local. Telm 967 266 608

CITROEN BERLINGO, Dezembro 2009, 1.6 HDI, com todos os extras, 4.800 euros. 912 259 918

ALFA ROMEO 156, 1.9 JTD, 2003, com todos os extras, 2.800 euros. 912 259 918

CONTACTOS

VISEU

967 652 154 /// ESTILO NAMORADINHA, Gruta quentinha, grelo XL. Oral divinal. Sem pressa. Prazer garantido. Local privado e discreto. Todos os dias de 9H00 as 23H30.

A ESTREIA CHINESA, Exótica e sensual, 40Tona, muito meiga. Corpo cheio de curvas para teu prazer. Peito XL. Vais delirar com o meu toque oriental. 911 527 745

BELA MENINA, meiga, simpática, sensual e divertida... Ratinha molhadinha para um bom minete. Greludinha para chupares... O. guloso, boca quente. Bumbum arrebitado, atrevida e provocadora. Insaciável na cama. Adoro dar e receber prazer... 964 410 014

MENINA DESEMPREGADA atende por necessidade. Loirinha, pequenina, peitões, grelinho XL.... Adora uma boa lingua! T: 960 155 447

ASTROLOGIA

Diário de Viseu

14 de agosto de 2024
quarta-feira

* Chamada para rede fixa nacional

HOJE

Viseu
Céu pouco nublado. Subida da temperatura máxima e descida da mínima. Vento moderado.
30º/14º

AMANHÃ

Viseu
Céu limpo. Subida das temperaturas. Vento moderado.
33º/18º

MARÉS

Porto da Figueira da Foz
Preia-Mar às 10h49 e 23h29
Baixa-Mar às 4h13 e 17h06

Porto de Aveiro
Preia-Mar às 10h59 e 23h41
Baixa-Mar às 4h26 e 17h15

www.diariodeviseu.pt | diarioviseu@diariodeviseu.pt | www.facebook.com/diarioviseu | **Publicidade/Assinaturas** 232 000 030* | **Redação** 232 000 031*

Prodouro explica que é uma parceria com a Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro

Produtores vão atualizar dados sobre custos de produção

Douro Associação está a promover inquérito para apurar custos reais

A Associação dos Viticultores Profissionais do Douro (Prodouro) revelou que está a promover um inquérito para obter "dados atualizados dos reais custos de produção" dos associados nas últimas campanhas.

Em comunicado, a Prodouro esclarece que se trata de uma parceria com a Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (UTAD), motivada pela "importância da determinação efetiva dos custos para produzir uva na Região Demarcada do Douro".

Na quinta-feira, viticultores protestaram na Régua contra o corte na produção de vinho do Porto e as importações de vinho, e pelo aumento do preço pago pela produção, alertando para uma situação de pré-catástrofe no Douro.

Durante o protesto, ficaram queixas sobre o preço pago pelas uvas, que não "aumenta há cerca de 25 anos" quando os preços dos fatores de produção aumentaram exponencialmente, sobretudo nos últimos dois anos.

Em maio, a ProDouro manifestou preocupações com a sustentabilidade dos produtores, numa carta aberta ao ministro da Agricultura, defendendo como prioridade a gestão da oferta e a valorização da produção.

A carta aberta surgiu a propósito da entrevista do ministro da Agricultura ao jornal Público, em abril, e já depois de um pedido de audiência conjunto feito a José Manuel Fernandes por parte de quatro organizações representativas da produção no Douro: a Federação Renovação do Douro, a Associação da Lavoura Duriense, a União das Adegas da Região Demarcada do Douro e a Prodouro.

"Aquilo que nos parece que é mais premente, que é mais prioritário, é gerir a oferta e valorizar a nossa produção", afirmou à agência Lusa Rui Soares, presidente da Prodouro, após a divulgação do documento dirigido à nova tutela.

Na entrevista, o ministro da Agricultura revelou disponibilidade para ouvir os agricultores, alertou para o 'stock' de vinho por escoar e defendeu que "terá de haver um travão" nos apoios para novas plantações de vinha.

A vindima de 2023 ficou marcada por alguma agitação social no Douro porque, invocando dificuldades de vendas de vinho, grandes empresas não compraram ou compraram uvas em menos quantidade aos produtores.

"Ou nós resolvemos a questão da sustentabilidade do nosso negócio hoje ou então não sei como será o futuro", desabafou.

Banhos desaconselhados na praia fluvial de Ferreirós do Dão

TONDELA A delegada de Saúde Púbica da Unidade Local de Saúde (ULS) Viseu Dão-Lafões desaconselhou ontem a prática de quaisquer atividades aquáticas na praia fluvial de Ferreirós do Dão, em Tondela, devido à "proliferação e grande quantidade" de cianobactérias no rio Dão.

"Estas algas apresentam potencial toxicidade em contacto com a pele ou quando inaladas, podendo surgir sintomas do tipo alérgico semelhantes à 'febre do feno' com rinite, conjuntivite e dispneia, podendo desencadear reações inflamatórias na pele".

A informação da delegada de Saúde Pública, Ana Margarida Almeida, foi hoje divulgada num comunicado encaminhado pela Câmara Municipal de Tondela, concelho do distrito de Viseu onde se situa a praia fluvial.

Segundo o documento, "verifica-se a existência e proliferação em grande quantidade de cianobactérias" no rio Dão, "especificamente na zona de lazer com curso de água de Ferreirós do Dão".

"Em caso de ingestão [das algas], podem provocar intoxicações agudas, podendo cursar com quadros de gastroenterite com diarreia, náuseas, vómitos, cólicas abdominais, febre ou outros", especificou a delegada de Saúde Pública.

Assim, "é absolutamente desaconselhada a prática de quaisquer atividades lúdicas e desportivas aquáticas, a prática de natação, a realização de banhos e mergulhos, bem como a prática de atividade piscatória enquanto a situação se mantiver".

Saúde

Diretor Adriano Callé Lucas

Organizações lançam campanha para quebrar mitos e preconceitos sobre VIH

Sensibilização Histórias reais destacam "a importância do conhecimento sobre a não-transmissão do VIH quando a pessoa diagnosticada está sob tratamento e com carga viral indetetável"

Organizações de luta contra a sida lançaram uma campanha de sensibilização para combater o estigma associado à doença, elucidando que pessoas que vivem com VIH e estão em tratamento eficaz não transmitem o vírus.

Coordenada pelo Grupo de Ativistas em Tratamentos (GAT) e a associação Ser+, a campanha 'Transmissível' pretende quebrar mitos e preconceitos sobre o Vírus da Imunodeficiência Humana (VIH), que causa a sida, adiantam as organizações em comunicado.

A campanha conta cinco histórias reais registadas em vídeo, onde se destaca "a importância do conhecimento sobre a não-transmissão do VIH quando a pessoa diagnosticada está sob tratamento e com carga viral indetetável".

O Relatório Stigma Index 2.0, promovido pelo Centro Anti Discriminação (CAD) VIH e Sida, relata que o estigma ainda atinge com frequência as pessoas que vivem com VIH e os dados mostram que 38% dos participantes revelaram ter sido alvo de discriminação social.

Para o coordenador do CAD e presidente da Direção do GAT, João Brito, esta campanha "é um passo crucial para educar a sociedade e acabar com os estigmas sem fundamento associados ao VIH", que se estimava afetar 45.532 pessoas em Portugal em 2021, segundo os últimos dados oficiais.

"Queremos mostrar que, com um tratamento eficaz, as pessoas com VIH podem viver vidas longas e saudáveis, sem transmitir o vírus. É altura de quebrar as barreiras que ainda existem no que toca à compreensão desta infeção", sublinha João Brito, citado no comunicado.

DR

Campanha quer acabar com mitos e preconceitos

Ana Duarte, coordenadora do CAD e responsável pela área da formação, diz, por seu turno, que a formação e capacitação das comunidades que vivem com VIH, dos profissionais de saúde e da população em geral "essencial para erradicar os contextos discriminatórios".

As organizações lembram que, durante os últimos 20 anos, estudos científicos têm comprovado que pessoas com VIH, com recurso a um tratamento eficaz e uma carga viral indetetável, não podem transmitir o vírus a outras pessoas.

Apesar do avanço científico, persistem mitos que a campanha pretende desconstruir, entre eles o de as pessoas com VIH terem sempre o risco de transmitir o vírus, de terem usar preservativo para não transmitir o vírus, o que a campanha esclarece é que se a pessoa está diagnosticada e em tratamento eficaz há mais de seis meses e com a carga viral indetetável, o vírus não será transmitido com ou sem o uso do preservativo, em qualquer prática sexual.

"Pessoas com VIH têm a responsabilidade de acabar com a transmissão" é outro mito, uma vez que "o vírus é transmitido por pessoas que desconhecem viver com o vírus".

A campanha realça que a prevenção é da responsabilidade de todas as pessoas, sendo "crucial que as pessoas que desconhecem o seu estatuto serológico para o VIH, façam o rastreio do VIH e outras infeções sexualmente transmissíveis regularmente".

Há ainda o mito de que quem vive com a infeção parece sempre doente, o que também é falso: A maioria está perfeitamente saudável e, com o tratamento antirretroviral, pode viver uma vida longa e saudável.

"É da responsabilidade de todos saber mais sobre o vírus e ajudar a acabar com o estigma e a discriminação. Por outro lado, a prevenção é um dever de toda a sociedade e adotar práticas para sexo mais seguro com o uso do preservativo e da Profilaxia Pré-Exposição e da Profilaxia Pós-Exposição", salientam os promotores da campanha, que contou com o apoio da ViiV Healthcare e da Direção-Geral da Saúde.

Vacinação gratuita contra Vírus Sincicial Respiratório em crianças arranca em outubro

MINISTÉRIO A primeira campanha de vacinação gratuita contra o Vírus Sincicial Respiratório arranca a 1 de outubro e irá proteger cerca de 62 mil crianças de doença grave e hospitalização, anunciou o Governo. A campanha de vacinação representa um investimento estimado de 13,6 milhões de euros, segundo um comunicado do Ministério da Saúde (MS).

A introdução da imunização contra o Vírus Sincicial Respiratório (VSR) em idade pediátrica acontece sob proposta da Direção-Geral da Saúde (DGS), que teve em consideração, entre outros fatores, a epidemiologia da infeção em Portugal, o risco acrescido de desenvolvimento de doença grave e hospitalização e a segurança do medicamento, adianta.

"Assim, a partir de 1 de outubro de 2024, a imunização contra a infeção pelo VSR estará disponível de forma gratuita em todas as maternidades dos setores público, privado e social, para as crianças nascidas entre 1 de outubro de 2024 e 31 de março de 2025, e nas instituições de saúde do SNS para as crianças nascidas entre 1 de agosto de 2024 e 30 de setembro de 2024, e crianças com fatores de risco definidos", salienta o MS.

A norma que concretiza a introdução da imunização sazonal contra a infeção pelo VSR em idade pediátrica, para a época outono/inverno 2024-2025, foi publicada pela DGS, na qual é feita a recomendação "tendo em conta a carga estimada da doença por VSR em Portugal, e com base na evidência científica atualmente existente".

A autoridade da saúde adianta que VSR é uma causa muito comum de infeção em idade pediátrica, responsável por epidemias anuais sazonais que, nos climas temperados, ocorrem geralmente entre outubro e março, coincidindo com outros vírus respiratórios e gastrointestinais, representando uma sobrecarga importante para os serviços de saúde.

A vigilância epidemiológica do VSR será assegurada pela Direção-Geral da Saúde.

SAÚDE

Profissionais de saúde perpetuam estereótipos sobre grávidas negras

Coimbra Tese de doutoramento concluiu que, apesar de não haver uma discriminação formal no acesso aos serviços de saúde, as experiências destas mulheres são marcadas por diversas formas de violência

Uma tese de doutoramento na Universidade de Coimbra analisou as experiências de gravidez de mães negras em Lisboa e concluiu que profissionais de saúde continuam a perpetuar estereótipos e vieses sobre estas mulheres.

A tese de Laura Brito, intitulada "Interseção de raça, género e classe – uma análise das experiências de gravidez, parto e pós-parto das mães negras e afrodescendentes em Lisboa", concluiu que, apesar de não haver uma discriminação formal no acesso aos serviços de saúde, as experiências destas mulheres são marcadas por diversas formas de violência (de género e racial), com os profissionais de saúde a perpetuarem estereótipos.

O doutoramento, realizado no âmbito do programa do Centro de Estudos Sociais "Pós-colonialismos e Cidadania Global", recorreu a um questionário com 119 respostas válidas e a 17 entrevistas aprofundadas com mulheres negras.

Se no questionário se nota que os cuidados terapêuticos tendem a seguir as recomendações da Direção-Geral de Saúde no período da gravidez e pós-parto, já no caso do parto, a nível hospitalar, os cuidados "começam a fugir às recomendações", algo que poderá estar relacionado com uma cultura portuguesa de um "parto muito instrumentalizado", disse à agência Lusa Laura Brito, formada em antropologia.

"Essa medicalização do parto é transversal a todas as mulheres, classes e raças", aclarou a investigadora.

Mesmo assim, no questionário, apesar de a maioria afirmar que não sofreu de violência obstétrica (63,9%), 6,7% consideraram ter sofrido violência obstétrica e que esta estava relacionada com a sua identidade étnico-racial.

DR
Tese analisou experiência de gravidez de mães negras em Lisboa

Foi nas entrevistas aprofundadas que Laura Brito identificou a perpetuação de estereótipos.

Há o relato de uma mulher que foi ao hospital, já grávida, com perda de sangue, e o médico que a atendeu perguntou se alguma vez tinha levado uma facada.

"Porque é que haveria de ter levado uma facada? Até hoje isso faz-me imensa confusão. Essa foi a situação em que eu disse, 'não, nunca me fariam esta pergunta se eu fosse uma mulher branca aqui sentada à frente dele, com a preocupação de ter algum problema com o bebé'", relatou.

A ideia de que as mulheres negras aguentam melhor a dor e consequente desvalorização de sintomas são algumas das questões levantadas nas entrevistas.

Há o caso de um bebé que nasceu sem orelhas, depois de 11 ecografias durante a gravidez, sem que a mãe tivesse sido informada da condição do filho, e outra em que a médica terá pressionado uma grávida para levar o seu caso a uma assistente social.

"O racismo estrutural não faz pausa no bloco de partos", afirmou uma das entrevistadas, citadas na tese.

Outra das mulheres contou que foi coagida pela médica a pôr um dispositivo intrauterino para não engravidar, quando o seu desejo era voltar a ter filhos, apontou Laura Brito.

"Sobretudo, os estereótipos estão relacionados com o controlo do número de filhos que têm. Há também um forte peso sobre o acompanhamento da Segurança Social para verificar que têm condições e a resistência à dor. Elas relatam que pediam ajuda, que queriam epidural e que lhes era negado, que diziam: 'Você é forte, as mulheres pretas são boas parideiras'", afirmou a investigadora.

Segundo Laura Brito, há episódios de violência sobre os quais as mulheres não tinham consciência, ganhando-a posteriormente, nomeadamente através de trabalhos como o da sua tese e da Associação Saúde das Mães Negras e Afrodescendentes e Racializadas em Portugal, da qual é cofundadora. "Ao olharem para outros relatos é que muitas fazem o processo de introspeção e entendem que há um padrão", constatou.

Para a investigadora, é importante que o Serviço Nacional de Saúde e seus profissionais façam uma reflexão sobre questões de discriminação, considerando que esse exercício deve ser "mobilizado por alguém que vem de fora, com conhecimento".

Laura Brito defende também um estudo mais abrangente, a nível nacional, para entender a relação dos serviços de saúde com minorias étnico-raciais.

Descoberto modo como experiência molda ligação de neurónios cerebrais

INVESTIGAÇÃO Investigadores da Fundação Champalimaud descobriram um mecanismo cerebral que explica como é que a experiência molda a ligação entre os neurónios e porque, por exemplo, geralmente pensamos num dálmata quando vemos um padrão de manchas pretas e brancas.

É conhecido que "o cérebro interpreta a informação visual combinando o que se vê com o que já se sabe", mas o estudo publicado na revista Neuron "revela um mecanismo que permite aprender e armazenar o conhecimento existente sobre o mundo".

Os cientistas concluíram que "os neurónios estão ligados para conectar conceitos aparentemente não relacionados entre si", indica um comunicado da Fundação Champalimaud (FC).

"Estas ligações neurais poderão ser cruciais para aumentar a capacidade que o cérebro tem de prever o que se vê com base em experiências passadas", constituindo o estudo "mais um passo no sentido de uma melhor compreensão sobre como este processo fica desregulado nas perturbações da saúde mental", como se pensa ser o caso do autismo e da esquizofrenia.

Para que aprendamos a compreender o mundo à nossa volta, o cérebro vai construindo "uma hierarquia de conhecimentos, com conceitos de ordem superior ligados às características de ordem inferior que os compõem".

Por exemplo, os dálmatas têm manchas pretas e brancas, os elefantes são cinzentos, grandes e pesados, estando também associados "a contextos de ordem superior tais como a selva e os safaris".

A FC assinala que "a identificação desta interface cerebral pode ser importante para desenvolver intervenções nos casos em que este processo de integração não funciona corretamente".

Identificados mecanismos do envelhecimento que potenciam células cancerígenas

Porto A investigação, publicada na revista Nature Aging, "abre portas a novas estratégias farmacológicas de prevenção", refere o Instituto de Investigação e Inovação em Saúde

Um investigador do Instituto de Investigação e Inovação em Saúde (i3S) integrou a equipa que identificou mecanismos do envelhecimento que ajudam a transformar as células do sistema imune em células cancerígenas.

Em comunicado, o instituto da Universidade do Porto esclarece que o investigador José Pedro Castro integrou a equipa de cientistas da Harvard Medical School que desvendou os mecanismos do envelhecimento que dão origem a linfomas de células B.

A investigação, publicada na revista Nature Aging, "abre portas a novas estratégias farmacológicas de prevenção".

Comparando os genes de animais novos e animais velhos com e sem linfoma, os investigadores descobriram que "com o envelhecimento forma-se um subtipo de células B que são maiores e mais clonais (homogéneas)".

Citado no comunicado, o investigador José Pedro Castro explica que a formação deste subtipo de células B acontece em duas fases.

Numa primeira fase, as células normais do sistema imune passam a células ABC, isto é, células associadas ao envelhecimento, e depois, ao interagirem entre si e transformarem-se em ACBC (células B clonais envelhecidas) possuem "todo um programa de cancro".

Instituto esclarece que investigador José Pedro Castro integrou equipa da Harvard Medical School

"São células biologicamente muito mais envelhecidas que a idade do próprio animal e têm capacidade de divisão, proliferação e invasão de outros tecidos, são também altamente inflamatórias e isto é um grande problema para os tecidos", indica.

Para comprovar as características destas células, os investigadores injetaram-nas em ratinhos novos que, como consequência, "morreram precocemente com cancro".

"Foi incrível constatar que começaram a morrer 30 dias após a injeção e dois meses e meio após o início da experiência, apenas 50 por cento dos animais estavam vivos", conta José Pedro Castro.

Posteriormente, os investigadores recorreram a dados genómicos publicamente disponíveis de sangue e outros tecidos humanos, e encontraram "as mesmas assinaturas ACBC a aumentarem com a idade, especialmente em indivíduos com elevada clonalidade de células B".

Tal, acredita José Pedro Castro, "pode abrir caminho para novos biomarcardores de cancro ou outras doenças do envelhecimento".

Maus hábitos para os dentes que devemos abolir

Ana Granja da Fonseca
Odontopediatra
CMDV

Os cuidados da boca não começam com a 1ª cárie. É importante vigiar a saúde dos dentes desde o 1º momento. Devemos evitar que os nossos filhos adquiram maus hábitos e incentivá-los a adquirir rotinas básicas de higiene oral.

Chuchar no dedo

A pressão continuada no céu-da-boca deforma a arcada dentária superior e pode originar uma forma desta, em forma de ogiva, que fornece menos espaço para os dentes. A chupeta, tal como o dedo, exercem pressão contínua no palato, com os mesmos resultados. No entanto, existem chupetas com formas anatómicas que podem minimizar os efeitos e mais fácil tentar abolir o hábito, porque não podemos "esconder" os dedos dos nossos filhos!

Chuchar no dedo afeta desde o 1º momento, no entanto se este hábito for abandonado cedo, com o crescimento, o palato pode recuperar a forma original espontaneamente. Se se mantiver depois dos 4 anos de idade, as probabilidades de a criança precisar de tratamento ortodôntico no futuro são bastante maiores.

O reflexo de sucção, além de ajudar a alimentar a criança, serve também para a acalmar. Por isso quando não abandona o hábito espontaneamente podemos procurar causas além das puramente dentárias como por exemplo a ansiedade. A educação e a paciência são mais eficazes do que qualquer líquido de sabor pouco agradável.

Molhar a chupeta em açúcar ou mel

Cada vez é menos frequente, mas ainda existe o costume de molhar a chupeta em açúcar ou mel para acalmar os pequeninos. Além de estar contraindicado nos primeiros meses, é um péssimo hábito que pode provoca numerosas cáries.

Alimentação com excesso de açúcar

Tanto os açúcares refinados (por exemplo guloseimas) como os alimentos muito ácidos (por exemplo sumos de frutas ou refrigerantes) fragilizam os dentes e por esse motivo deve-se lavar os dentes imediatamente depois de se consumirem.

Assim o melhor seria só dar doces às crianças esporadicamente e sob a nossa vigilância para depois irem escovar os dentes. Para o lanche da escola os bolos devem ser substituídos sempre que possível por sandes e os sumos devem ser reservados para momentos ocasionais. Além disso podemos dar-lhes fruta inteira (como a maçã por exemplo) que ajuda na limpeza da boca, e além disso tem menos açúcares e mais fibras, mais vitaminas e minerais.

Adormecer com o biberão

Trata-se de um péssimo costume que além de deformar a arcada superior, pode dar origem às chamadas "cáries do biberão" que são bastante agressivas e provocam muitas vezes dor de dentes em crianças de tenra idade. Este hábito é ainda mais lesivo se o líquido colocado no biberão for açucarado, o que ocorre muitas vezes porque os pais acham que eles assim ficam mais calmos. O tratamento deste tipo de cáries é muito complexo pelo que o melhor é sem dúvida a prevenção.

Ranger os dentes à noite

Costuma-se dizer que quando as crianças rangem os dentes à noite têm lombrigas. No entanto, esta tese não tem nenhuma base científica e a causa real não se conhece. É muito frequente que crianças com dentes de leite ranjam os dentes durante a noite. Deve preocupar-se, no entanto, se o seu filho já tem dentes definitivos uma vez que este desgaste pode dar problemas nas articulações que unem o maxilar inferior ao crânio e dar dores de cabeça. Nesta situação deve levar a criança ao Odontopediatria (dentista especialista em crianças).

Comida triturada

O órgão que não se usa atrofia! Trincar massaja por um lado a gengiva e por outro lado treina os músculos da cara e da língua. Introduzir os alimentos sólidos demasiado tarde é contraproducente para o correto desenvolvimento da boca. Por isso deve começar a dar-lhe sólidos ou semissólidos logo que apareçam os primeiros dentes.